รูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน

FORM AND WAY OF MEDITATION PRACTICE AS FOUND IN
MULLA KAMMATTHAN SCRIPTURES WAT BAN LUK VERSION,
MUANG DISTRICT, LAMPHUN PROVINCE

พระครูบริสุทธิ์สังขวิจิตร (สังข์ทอง สุทฺธจิตฺโต)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๕

รูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน

พระครูบริสุทธิ์สังขวิจิตร (สังข์ทอง สุทฺธจิตฺโต)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๕

Form and Way of Meditation Practice as Found in Mulla Kammatthana Scriptures Wat Ban Luk Version, Mueang District Lamphun Province

Phrakru Borrisutsangkhawichit (Sangtong Sutachitto)

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
the Requirements for the Degree of
Master of Arts
(Buddhist Studies)

Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
C.E. 2022

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ เรื่อง "รูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน" เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

....

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, รศ. ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์	.... (พระชยานันทมุนี, รศ. ดร.)	ประธานกรรมการ
	.... (รศ. ดร.วิโรจน์ อินทนนท์)	กรรมการ
	.... (พระมหาอินทร์วงศ์ อิสฺสรภาณี, ดร.)	กรรมการ
	.... (พระครูโกวิทอรรถวาที, ผศ. ดร.)	กรรมการ
	.... (พระครูสิริสุตานุยุต, รศ. ดร.)	กรรมการ
คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์	พระครูโกวิทอรรถวาที, ผศ. ดร.	ประธานกรรมการ
	พระครูสิริสุตานุยุต, รศ. ดร.	กรรมการ
ชื่อผู้วิจัย	.... (พระครูบริสุทธิ์สังขวิจิตร)	

ชื่อวิทยานิพนธ์	:	รูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน
ผู้วิจัย	:	พระครูบริสุทธิ์สังขวิจิตร (สังข์ทอง สุทฺธจิตฺโต)
ปริญญา	:	พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)
คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์		
	:	พระครูโกวิทอรรรถวาที, ผศ. ดร., พธ.บ. (ภาษาอังกฤษ), M.A. (Linguistics), Ph.D. (Buddhist Studies)
	:	พระครูสิริสุตานุยุต, รศ.ดร. พธ.บ.(บริหารการศึกษา), กศ.ม. (บริหารการศึกษา), พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)
วันสำเร็จการศึกษา	:	๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๖

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยเรื่อง รูปแบบและวิธีปฏิบัติกรรมฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน มีวัตถุประสงค์หลักในการวิจัย คือ เพื่อวิเคราะห์รูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐาน การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยใช้วิธีการศึกษาวิเคราะห์เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เก็บรวบรวมข้อมูลจากแหล่งข้อมูลปฐมภูมิและทุติยภูมิ และนำเสนอผลการศึกษาวิเคราะห์ตามแบบพรรณนาวิเคราะห์

ผลการวิจัย พบว่า รูปแบบและวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานในประเทศไทยและล้านนา มีอยู่ ๕ สาย ได้แก่ ๑) สายธุดงค์ (พุทโธ) ๒) สายอานาปานสติ ๓) สายวิปัสสนากัมมัฏฐานแบบสติปัฏฐาน (ยุบหนอ พองหนอ) ๔) สายวิชชาธรรมกาย (สัมมาอรหัง) และ ๕) สายประยุกต์ แต่ของล้านนาได้ยึดแบบคัมภีร์วิสุทธิมรรค แต่ได้เพิ่มเติมการใช้ลูกประคำเข้ามา และรูปแบบและวิธีปฏิบัติกรรมฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ฉบับวัดบ้านหลุก พบว่า เริ่มตั้งแต่การกล่าวยอคุณพระรัตนตรัย การขอขมาแก้ว ๕ โกฐาก การตัดความห่วง การสลัดนิวรณ์ การเลือกสถานที่อันเหมาะสมในการปฏิบัติ ในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก มีการภาวนาหลายรูปแบบ ได้แก่ วิธีภาวนาอสุภะ วิธีภาวนาอนุสติ การภาวนาอานาปนสติ การภาวนาพรหมวิหาร การภาวนาอาหารปฏิกุลสัญญากัมมัฏฐาน การภาวนาจตุธาตุววัตถานกัมมัฏฐาน การภาวนาปถมอรูปฌาน การเจริญภาวนาพรหมวิหารธรรม มีการเจริญภาวนาทิฏฐิวิสุทธิ การเจริญกังขาวิตรณวิสุทธิญาณ และวิปัสสนาญาณกัมมัฏฐาน การภาวนาวิปัสสนาอุทยวยญาณ แต่มีความพิเศษแตกต่างไปจากคัมภีร์กัมมัฏฐานอื่น ๆ คือ มีการเสริมด้วยบทสวดบริกรรมยาวๆ การเดินจงกรม และยังมีการบริกรรมภาวนาในขณะบิณฑบาต และคำภาวนาเบ็ดเตล็ด

Thesis Title : Form and Way of Meditation Practice as Found in Mulla Kammatthana Scriptures Wat Ban Luk Version, Mueang District Lamphun Province
Researcher : Phrakru Borrisutsangkhawichit (Sangtong Sutachitto)
Degree : Master of Arts (Buddhist Studies)

Thesis Supervisory Committee

: Prakru Kovitattawate, Assist. Prof. Dr., B.A. (English), M.A. (Linguistics). Ph.D. (Buddhist Studies)

: Phrakhru Sirisuttanuyut, Assoc. Prof. Dr. B.A. (Educational Administration), M.A. (Educational Administration), Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Graduation : May 16, 2023

Abstract

The research study form and aay of meditation practice as found in Mulla Kammatthana scriptures Wat Ban Luk version, Mueang district Lamphun province is qualitative research. The researcher uses a study method to analyze documents and related research collect data from primary and secondary sources and presenting the results of the analytical study according to a descriptive analysis.

Research results, In Thailand and Lanna, there are 5 types of meditation practices and practices: 1) Dhutanga (Buddho), 2) Anapanasati, 3) Satipatthana Vipassana (Yup Naw, Pong Na), 4) Vijja Dhammakaya (Samma). arahang) and 5) the applied line. But Lanna's has taken the holy scriptures but added the use of rosaries. The concepts and method of practice of meditation in the Mulla Kammatthana scriptures Wat Ban Luk version, it was found that starting from praising the Triple Gem, cut off concern Niwarana, choosing the right place to practice and in the Mulla Kammatthana scriptures Wat Ban Luk version there are many forms of prayer. But there is a special difference from other scriptures, that is supplemented with long chanting, walking in meditation, and offering prayers while alms and miscellaneous prayers.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้ สำเร็จได้ด้วยอาศัยความอนุเคราะห์ช่วยเหลือเป็นอย่างดียิ่งจาก พระครูโกวิทอรรถวาที, ผศ. ดร. ประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ และ พระครูสิริสุตานุยุต, รศ. ดร. กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ ที่ได้กรุณาเป็นอาจารย์ที่ปรึกษาให้คำแนะนำชี้แนะตรวจแก้ไข จนทำให้ วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จลงอย่างสมบูรณ์

ขอกราบขอบพระคุณคณะกรรมการสอบป้องกันวิทยานิพนธ์ ประกอบด้วยพระชยานันทมุนี, รศ. ดร. ประธานกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์ รศ. ดร.วิโรจน์ อินทนนท์ พระมหาอินทร์วงค์ อิสฺสรภาณี, ดร. พระครูโกวิทอรรถวาที, ผศ. ดร. และ พระครูสิริสุตานุยุต, รศ. ดร. กรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์ ที่ได้ตรวจสอบความถูกต้อง อีกทั้งให้คำแนะนำในการแก้ไขจนทำให้วิทยานิพนธ์เล่มนี้จบลงอย่างสมบูรณ์ ขอกราบขอบพระคุณและเจริญพรขอบคุณ ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่าน โดยเฉพาะ พระครูอมรธรรมรัตน์ เจ้าคณะตำบลหนองช้างคืน เจ้าอาวาสวัดบ้านหลุก ตำบลเหมืองง่า ที่ได้เมตตานุเคราะห์ผู้วิจัยในการลงพื้นที่เก็บข้อมูลเชิงเอกสาร คือ คัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ฉบับวัดบ้านหลุก อันทรงคุณค่ายิ่ง และ รศ.ดร.วิโรจน์ อินทนนท์, ดร.พิสิฏฐ์ โคตรสุโพธิ์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่ได้ให้ข้อแนะนำและข้อมูลอันเป็นประโยชน์ยิ่ง ในการเขียนวิทยานิพนธ์ จนได้มาซึ่งข้อมูลในการทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้ให้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

ผลสำเร็จและคุณประโยชน์อันใดที่เกิดจากการทำงานวิจัยนี้ ผู้ศึกษาขอมอบแด่บิดามารดา ผู้ให้ชีวิต ให้สติ ให้ปัญญา และเพื่อนสหธรรมิกนิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ทุกท่านทุกคนที่ให้กำลังใจเสมอมา คณาจารย์ที่ประสาทวิชาท่านเจ้าของตำราที่ผู้วิจัยใช้เพื่อการศึกษาค้นคว้าทุกท่าน แต่หากว่ามีข้อบกพร่องใด ๆ ที่เกิดจากการวิจัยนี้ ผู้วิจัยขอน้อมรับไว้แต่เพียงผู้เดียว

พระครูบริสุทธิ์สังขวิจิตร (สังข์ทอง สุทฺธจิตฺโต)
๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๖

สารบัญ

สารบัญภาพ

ภาพที่ **หน้า**

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

อักษรย่อในวิทยานิพนธ์นี้ ใช้อ้างอิงจากคัมภีร์พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙ โดยได้กล่าวถึงแหล่งที่มา/เล่ม/ข้อ/หน้า ตามลำดับ เช่น ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑/๒๓. หมายถึง สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ธรรมบท ภาษาไทย เล่ม ๒๕ ข้อ ๑ หน้า ๒๓

ก. คำย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

พระสุตตันตปิฎก

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์			ภาษา
ที.สี. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา. (บาลี)	= สุตฺตนฺตปิฏก	ทีฆนิกาย	ปาฏิกวคฺคปาลิ	(ภาษาบาลี)
ที.ปา. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฏิกวรรค	(ภาษาไทย)
ม.มู. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มัชฌิมปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
สํ.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	มหาวารวรรค	(ภาษาไทย)
องฺ.เอกก.(ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	เอกกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.จตุกฺก.(ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.สตฺตก.(ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	สัตตกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.วิ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	วิมานวัตถุ	(ภาษาไทย)
ขุ.ป. (บาลี)	= สุตฺตนฺตปิฏก	ขุทฺทกนิกาย	ปฏิสมฺภิทามคฺคปาลิ	(ภาษาบาลี)

พระอภิธรรมปิฎก

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์		ภาษา
อภิ.สงฺ. (ไทย)	= อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)
อภิ.วิ. (ไทย)	= อภิธรรมปิฎก	วิภังค์	(ภาษาไทย)
วิสุทฺธิ. (บาลี)	= วิสุทฺธิมคฺคปกรณ		(ภาษาบาลี)

ข. คำย่อชื่อคัมภีร์อรรถกถา

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์			ภาษา
ที.สี.อ. (ไทย)	= ทีฆนิกาย	สุมังคลวิลาสินี	สีลขันธวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
องฺ.จตุกฺก.อ. (บาลี)	= องฺคุตฺตรนิกาย	มโนรถปูรณี	จตุกฺกนิปาตอฏฺฐกถาปาลิ	(ภาษาบาลี)
ขุ.วิ.อ. (ไทย)	= ขุททกนิกาย	ปรมัตถทีปนี	วิมานวัตถุอรรถกถา	(ภาษาไทย)

ฎีกาปกรณวิเสส

คำย่อ	**ชื่อคัมภีร์**	**ภาษา**
วิภาวินี. (ไทย)	= อภิธัมมัตถวิภาวินีฎีกา	(ภาษาไทย)

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

วิปัสสนากรรมฐานมีมาแต่ครั้งพุทธกาล เป็นหนทางเดียว ไปคนเดียว ทรงทำให้เกิดขึ้นมีอยู่เฉพาะพุทธศาสนาเท่านั้น มุ่งสู่จุดหมายเดียวคือ พระนิพพาน ใช้คำต่างๆ เช่น วิปัสสนา มรรค อริยมรรคมีองค์ ๘ เอกายนมคฺโค สติปัฏฐาน ๔ มรรคภาวนา กายภาวนา จิตภาวนา สติปัฏฐานภาวนา วิปัสสนากรรมฐาน หรือ วิปัสสนาภาวนา มีความหมาย คือ การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามความเป็นจริง ได้แก่ “หลักหรือวิธีปฏิบัติ เพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งตามความเป็นจริงในขันธ์ ๕ ว่าเป็นสภาวะที่ไม่เที่ยง (อนิจจัง) เป็นทุกข์ ทนได้ยาก (ทุกขัง) เป็นสภาวะที่ไม่ใช่บุคคล ตัวตน เรา เขา บังคับบัญชาไม่ได้ เรียกว่า วิปัสสนา”[๑]

การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นหน้าที่หลักอย่างหนึ่งที่ควบคู่กับคันถธุระ การศึกษาหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่ปรากฏอยู่ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา จุดมุ่งหมายของการปฏิบัติกัมมัฏฐาน ก็เพื่อชำระจิตของผู้ปฏิบัติให้บริสุทธิ์หมดจดจนกระทั่งบรรลุมรรคผลนิพพาน อันเป็นจุดหมายสูงสุดทางศาสนา ก่อนที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะเสด็จดับขันธปรินิพพาน พระองค์ทรงกล่าวถึงพุทธบริษัททั้ง ๔ คือ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา ว่าการที่พุทธบริษัทใดบริษัทหนึ่งบรรลุธรรมระดับใดก็ตามด้วยการเจริญพระกัมมัฏฐาน ก็ย่อมทำให้พุทธบริษัทเหล่าอื่นเกิดความมั่นใจในการเจริญกัมมัฏฐานเช่นกัน โดยเห็นว่าวิธีเจริญกัมมัฏฐานเป็นการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาจิตของมนุษย์ให้บรรลุถึงนิพพานได้ วิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นศาสตร์และศิลป์แห่งการใช้ชีวิต ด้วยเหตุที่สามารถพัฒนาจิตใจของมนุษย์ให้เข้าถึงความสงบและสร้างสติปัญญาแห่งตนได้[๒] การเจริญสติปัฏฐาน แปลว่า การที่สติเข้าไปตั้งอยู่ หรือมีสติกำกับอยู่ ว่าโดยหลักการก็คือการใช้สติหรือวิธีปฏิบัติเพื่อใช้สติให้เกิดผลดีที่สุด การเจริญสติเป็นทางเอกที่ทำให้เกิดอิสรภาพหลุดพ้นจากความบีบคั้นของกาลเวลาและบาปกรรมทั้งปวง ประสบความสงบ ความงาม ความสุข มิตรภาพ และพลังแห่งการเรียนรู้และสร้างสรรค์อย่างหาที่เปรียบไม่ได้ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐานสี่เป็นแนวทางการปฏิบัติเพื่อทำให้เกิดสติรู้เท่าทัน ทำให้เกิดศีล สมาธิและปัญญา ศีลทำหน้าที่ควบคุมพฤติกรรมทางกาย

---

[๑] องฺ.จตุกฺก.อ. (บาลี) ๒/๒๕๔/๔๔๗.

[๒] คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **ธรรมะภาคปฏิบัติ ๑**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๗๕.

และวาจาให้เป็นปกติ สมาธิทำให้กิเลสอย่างกลางสงบ วิธีเดียวที่จะขจัดกิเลสให้หมดสิ้นได้คือปัญญา[๓] ดังนั้น การวิปัสสนากัมมัฏฐานมีวัตถุประสงค์หลักก็คือ เพื่อรู้แจ้ง เพื่อละสิ่งที่เป็นเหตุแห่งทุกข์นั่นคือ กิเลสตัณหาทั้งหลาย การรู้แจ้งทางปัญญาจะทำให้เข้าใจความเป็นจริงของชีวิตอย่างถูกต้อง เห็นว่ารูปนามเป็นสภาพที่ไม่เที่ยง มีสภาพเป็นทุกข์ มีสภาพเป็นอนัตตา ไม่มีใครสามารถบังคับบัญชาหรือควบคุมได้ การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นวิชาที่พระพุทธเจ้าค้นพบ ไม่ลึกลับ ไม่ใช่ของยาก และไม่ใช่ของง่าย เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ทุกเพศทุกวัย ไม่จำกัดด้วยกาล สถานที่ และผู้พึงปฏิบัติพึงรู้ได้ด้วยตนเองในชาตินี้ ดังพุทธพจน์ว่า “อานนท์ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกาใดก็ตามที่ปฏิบัติธรรมตามสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบยิ่ง ปฏิบัติตามธรรมอยู่ ผู้นั้นเชื่อได้ว่าสักการะ เคารพ นับถือ บูชา (เรา)ตถาคตด้วยการบูชาสูงสุด อานนท์ เพราะฉะนั้นเธอพึงกำหนดใส่ใจว่าเราจะปฏิบัติตามสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติชอบยิ่งปฏิบัติธรรมอยู่ วิปัสสนากัมมัฏฐานถือว่าเป็นเอกลักษณ์ทางพระพุทธศาสนาที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบ และนำมาเผยแผ่สั่งสอนพุทธบริษัท โดยมีปรากฏในคัมภีร์มหาสติปัฏฐานสูตร ซึ่งมีหลักปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานและหลักวิปัสสนากัมมัฏฐาน ในตัวพระสูตรนี้จะเน้นความสำคัญและความจำเป็นของสติที่จะนำไปใช้งาน คือ การกำจัดกิเลสและการดูแลสติใน ๔ แห่ง คือ กายานุปัสสนาสติ เวทนานุปัสสนาสติ จิตตานุปัสสนาสติและธัมมานุปัสสนาสติ ทั้งหลายเหล่านี้ถือเป็นธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติในการระลึกรู้และพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง[๔] จึงเป็นความสำคัญอย่างยิ่งที่เราในฐานะชาวพุทธ ควรที่จะได้ศึกษาถึงรูปแบบและวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแบบฉบับของล้านนาที่ถือได้ว่าเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว

รูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานในล้านนาได้ยึดแบบคัมภีร์วิสุทธิมรรค แต่ได้เพิ่มเติมการใช้ลูกประคำเข้ามา ซึ่งการปฏิบัติแบบใช้ลูกประคำนี้ได้รับอิทธิพลจากพม่าในช่วงที่เข้าปกครองเชียงใหม่ อีกนัยหนึ่ง น่าจะได้รับอิทธิพลจากพระชาวไทลื้อที่อพยพเข้ามาอยู่ในเชียงใหม่ในช่วงเวลาของพระยากาวิละ ปกครองครองเมืองเชียงใหม่ ต่อมาในปี พ.ศ.๒๔๙๔ คณะสงฆ์ภาคเหนือได้คัดเลือกเอาครูบาวัดน้ำบ่อหลวง อ.สันป่าตอง ครูบาวัดพระพุทธบาทตากผ้า และครูบาทอง วัดเมืองมาง ให้เป็นผู้แทนของพระสงฆ์ในภาคเหนือ ไปศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔ ที่วัดมหาธาตุฯ ท่าพระจันทร์ กรุงเทพฯ เป็นเวลา ๑ พรรษา ครูบาทั้ง ๓ ปฏิบัติในสายพุทโธมาก่อน โดยครูบาวัดพระพุทธบาทตากผ้านั้นได้เรียนกับ ครูบาแก้ว ขตฺติโย (ครูบาขัตติยะ) วัดป่าเหียง ต.แม่แรง อ.ป่าซาง ซึ่งเป็นอุปัชฌาย์ของท่าน (ครูบาแก้วเป็นชาวเชียงรุ้ง มาอยู่ที่เชียงของ จากนั้นก็เดินธุดงค์เรื่อยมาจนถึงลำพูน และมาอยู่ที่วัดป่าเหียง) หลังจากที่เดินทางกลับมาจากกรุงเทพฯ แล้วก็ได้สอนการปฏิบัติธรรมกัมมัฏฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔ แต่สำหรับครูบาวัดพระพุทธบาทตากผ้า ท่านจะสอนการปฏิบัติ ๒ แนวทาง คือ ๑. สำหรับพระภิกษุหนุ่ม สามเณรน้อย จะสอนแบบพุทโธ ๒. สำหรับผู้สูงอายุทั้ง

---

[๓] ณอภัย พวงมะลิ, “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์โดยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐานสี่ ของศูนย์ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานวัดถ้ำพระผาคอก อำเภอเวียงชัย จังหวัดเชียงราย”, **วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่, ๒๕๖๑), หน้า ๒.

[๔] พระครูภาวนากิจสุนทร วิ., “ศึกษารูปแบบและกระบวนการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐาน ในจังหวัดนครศรีธรรมราช”, **วารสารมหาจุฬานาครทรรศน์,** ปีที่ ๖ ฉบับที่ ๓, (พฤษภาคม ๒๕๖๒) : ๑๕๙๐.

พระภิกษุและฆราวาส จะสอนพอง – ยุบ สำหรับครูบาทอง สิริมงฺคโล เมื่อเดินทางกลับมาเชียงใหม่แล้ว ในปีถัดมาคือ พ.ศ. ๒๔๙๕ ได้เดินทางไปศึกษาเพิ่มเติมที่ประเทศสหภาพพม่า โดยพักอาศัยอยู่ที่วัดกำมะเอ ระยะหนึ่ง แล้วย้ายไปพักอยู่ที่วัดพญาจีจองใต้ (เช้าทัดจี่) และได้ไปปฏิบัติกับท่านมหาสีสยาดอ ภัททันตะโสภณ มหาเถร ที่วัดต่าตะนะยิต่า ประเทศพม่า เมื่อศึกษาแล้ว ครูบาทอง สิริมงฺคโล ได้เดินทางกลับมาสอนการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานแบบสติปัฏฐาน ๔ ที่วัดเมืองมาง ต่อมาได้ย้ายไปเปิดที่วัดตโปทาราม (ร่ำเปิง) และภายหลัง ได้รับอาราธนาให้ไปเป็นเจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร การสอนของครูบาทองนั้นมีผู้เลื่อมใสมาเข้ารับการปฏิบัติเป็นจำนวนมาก ทั้งพระภิกษุ สามเณร อุบาสกและอุบาสิกา เมื่อฝึกปฏิบัติแล้วท่านทั้งหลายเหล่านั้น ก็ได้นำเอารูปแบบและวิธีการของการปฏิบัติสายนี้ไปเผยแพร่ จนได้รับความนิยมไปทั่วภาคเหนือ[๕] ทำให้พบว่าในล้านนายุคปัจจุบันนี้มีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวพองหนอ ยุบหนอเป็นหลัก ไม่ปรากฏว่าการปฏิบัติกัมมัฏฐานโบราณล้านนาเป็นที่นิยมในล้านนาเช่นในอดีตอีกเลย[๖]

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษารูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน เพื่อให้ได้มาซึ่งองค์ความรู้ รูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแบบฉบับของล้านนาว่าเป็นอย่างไร ทั้งนี้ ได้อาศัยงานวิจัยและหนังสือเผยแพร่เรื่อง กัมมัฏฐานล้านนา ฉบับปริวรรต ของ ผศ.ดร.วิโรจน์ อินทนนท์ ยศพล เจริญมณี และขนานยี่ จันทร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ซึ่งได้มีการศึกษาปริวรรตคัมภีร์ใบลานมูลกัมมัฏฐาน ฉบับวัดบ้านหลุก เมืองลำพูน อยู่ด้วย ซึ่งผู้วิจัยได้นำมาเป็นข้อมูลในการศึกษาวิเคราะห์ครั้งนี้ ทั้งนี้ เพื่อให้เกิดเป็นหิตานุหิตประโยชน์ทั้งแก่พุทธศาสนิกชนผู้ใคร่ในการปฏิบัติธรรมและพุทธศาสนิกชนโดยทั่วไป และเพื่อเป็นการสืบสานและอนุรักษ์ รวมถึงนำเสนอข้อมูลการวิจัยเพื่อการนำไปสู่การปฏิบัติของผู้ที่สนใจกัมมัฏฐานล้านนา สืบต่อไป

๑.๒ คำถามวิจัย

๑.๒.๑ แนวคิดและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา เป็นอย่างไร

๑.๒.๒ องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษารูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน เป็นอย่างไร

๑.๒.๓ การนำเสนอรูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน เป็นอย่างไร

---

[๕] วิโรจน์ อินทนนท์, "กัมมัฏฐานล้านนา : รูปแบบ วิธีปฏิบัติและการสืบทอด", **รายงานวิจัย,** (กรุงเทพมหานคร : สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย, ๒๕๕๙), หน้า ๑๑๖ – ๑๑๗.

[๖] ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตรี, พระครูธีรสุตพจน์ และ ธณิกานต์ วรธรรมานนท์, "กัมมัฏฐานโบราณล้านนา : ที่มา ลักษณะ และการเสื่อมสูญ", **วารสารพื้นถิ่น โขง ชี มูล,** ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม – ธันวาคม ๒๕๖๐) : ๑๘๔ - ๑๘๗.

๑.๓ วัตถุประสงค์การวิจัย

๑.๓.๑ เพื่อศึกษาแนวคิดและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา

๑.๓.๒ เพื่อศึกษารูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน

๑.๓.๓ เพื่อนำเสนอรูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการวิเคราะห์เชิงเอกสาร มีขอบเขตการวิจัยดังต่อไปนี้

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านข้อมูล

ศึกษาค้นคว้าข้อมูลชั้นต้นคือ พระไตรปิฎก เกี่ยวกับแนวคิดและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา และหนังสือกัมมัฏฐานล้านนา ฉบับปริวรรต ของ ผศ.ดร.วิโรจน์ อินทนนท์ ยศพล เจริญมณี และขนานยี่ จันทร์ และจากเอกสารชั้นรอง ได้แก่ งานเขียนของนักวิชาการทางพระพุทธศาสนา และนักการศึกษา ข้อมูลจากฐานข้อมูลสำเร็จรูปเครือข่ายสารสนเทศสารานุกรมคัมภีร์และตำราทางด้านพระพุทธศาสนา รวมถึงเอกสารวิชาการที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับรูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐาน

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านเนื้อหา

๑) แนวคิดและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา

๒) รูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ในหนังสือกัมมัฏฐานล้านนา ฉบับปริวรรต ของ ผศ.ดร.วิโรจน์ อินทนนท์ ยศพล เจริญมณี และขนานยี่ จันทร์

๑.๔.๔ ขอบเขตด้านระยะเวลา

ในระยะเวลาทำวิจัย ตั้งแต่เดือนตุลาคม ๒๕๖๕ ถึงเดือนพฤษภาคม ๒๕๖๖ รวมระยะเวลา ๘ เดือน

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๕.๑ การปฏิบัติกัมมัฏฐาน หมายถึง การปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน

๑.๕.๒ รูปแบบและวิธีการ หมายถึง เทคนิค กระบวนการ และวิธีการในการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน

๑.๕.๓ คัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน หมายถึง คัมภีร์ที่ได้กล่าวถึงวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแบบฉบับของล้านนา ในงานวิจัยนี้มุ่งหมายถึงคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน

๑.๕.๔ หนังสือกัมมัฏฐานล้านนา ฉบับปริวรรต หมายถึง หนังสือที่รวบรวมและเรียบเรียงขึ้นจากการปริวรรตคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก โดย ผศ.ดร.วิโรจน์ อินทนนท์ วิโรจน์ ยศพล เจริญมณี และขนานยี่ จันทร์

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑) เอกสารเกี่ยวกับกัมมัฏฐาน

คำว่า “กัมมัฏฐาน” (Meditation) มีรากศัพท์เป็นภาษาบาลี จำแนกออกได้เป็น ๒ คำ คือ กมฺม+ธาน กมฺม แปลว่า การงาน เป็นนามศัพท์ ปุงลิงค์ กมฺมํ (แจกตามแบบ กุล) ฐาน แปลว่า ที่ตั้ง ดังมีรูปวิเคราะห์ว่า ธนฺติ ธานํ เมื่อนำคำทั้งสองรวมเข้าด้วยกันโดยซ้อน ฏ ข้างหน้า ฐ (ซ้อนอักษรตัวที่ ๑ หน้าตัวที่ ๒ ในวรรคของตนได้ ซึ่ง ฏ วรรค มีอักษร ๕ ตัวคือ ฏ ฐ ฑ ฒ ณ) สำเร็จรูปเป็น “กัมมัฏฐาน” แปลว่า ที่ตั้งแห่งการงาน จึง เป็นอารมณ์ที่ชื่อว่า กรรมฐาน เพราะเป็นเหตุที่ตั้งแห่งการประพฤติกรรมในภาวนา ๒ อย่าง และภาวนาวิธีที่ชื่อว่าเป็นกรรมฐาน เพราะเป็นปทัสถานแห่งการทำความเพียรยิ่งๆ ขึ้นไป[๗]

“ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ ย่อมตั้งอยู่ไม่ได้ในวิญญาณ ซึ่งเป็นสิ่งที่มองไม่เห็น ไม่มีที่สุด แต่มีท่าข้ามโดยรอบด้าน อุปาทายรูปที่ยาวและสั้น ละเอียด และหยาบ งามและไม่งามก็ย่อมตั้งอยู่ไม่ได้ในวิญญาณนี้เช่นเดียวกัน นามและรูปย่อมดับสนิทเช่นเดียวกัน เพราะวิญญาณนามและรูปนั้น ก็ย่อมดับสนิทในที่นั้น”[๘] ในวิญญาณนี้ จากข้อความข้างต้น คำว่า “ท่าข้าม” ในที่นี้หมายถึง กัมมัฏฐาน ๓๘ ประการ เป็นเส้นทางของชนทั้งหลายผู้ประสงค์จะข้ามให้ถึงพระนิพพานใช้เป็นอุบาย[๙]

“แม้ถึงร่างกายนี้จะแตกสลายไปก็ตามที การที่เราจะหยุดความเพียรในการเจริญกัมมัฏฐานนี้ จะไม่มีเป็นอันขาด”[๑๐] ข้อความข้างต้นนี้ กัมมัฏฐาน หมายถึง โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ เมื่อเกิดขึ้นด้วยอานุภาพแห่งมนสิการ ย่อมออกไปจากฝ่ายสังกิเลสธรรมได้[๑๑] โพธิปักขิย

---

[๗] วิภาวีนี. (ไทย) ๔๐๗.

[๘] ที.สี. (ไทย) ๙/๔๙๘/๒๒๐.

[๙] ที.สี.อ. (ไทย) ๔๙๙/๓๒๗.

[๑๐] ขุ.วิ. (ไทย) ๒๖/๑๖๓/๓๐.

[๑๑] ขุ.วิ.อ. (ไทย) ๒/๑/๑๖๑.

ธรรม คือธรรมอันเป็นฝักฝ่ายแห่งความตรัสรู้ คือ เกื้อกูลแก่การตรัสรู้ ธรรมเกื้อหนุนแก่อริยมรรค[๑๒] มีดังนี้[๑๓]

๑) สติปัฏฐาน ๔ ที่ตั้งของสติ, การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง คือ ตามที่สิ่งนั้นๆ มันเป็นของมันเอง[๑๔] ได้แก่

๑.๑ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณากายให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่าเป็นเพียงกาย ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา ท่านจำแนกปฏิบัติไว้หลายอย่าง คือ อานาปานสติ กำหนดลมหายใจ ๑ อิริยาบถ กำหนดรู้ทันอิริยาบถ ๑ สัมปชัญญะ สร้างสัมปชัญญะในการกระทำความเคลื่อนไหวทุกอย่าง ๑ ปฏิกูลมนสิการ พิจารณาส่วนประกอบอันไม่สะอาดทั้งหลายที่ประชุมเข้าเป็นร่างกายนี้ ๑ ธาตุมนสิการ พิจารณาเห็นร่างกายของตนโดยสักว่าเป็นธาตุแต่ละอย่างๆ ๑ นวสีวถิกา พิจารณาซากศพในสภาพต่างๆ อันแปลกกันไปใน ๙ ระยะเวลา ให้เห็นคติธรรมดาของร่างกายของผู้อื่นเช่นใด ของตนก็จักเป็นเช่นนั้น ๑

๑.๒ เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงเวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดเวทนาอันเป็นสุขก็ดี ทุกข์ก็ดี เฉยๆ ก็ดี ทั้งที่เป็นสามิส และเป็นนิรามิส ตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้นๆ

๑.๓ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่าเป็นแต่เพียงจิต ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดจิตของตนที่มีราคะ ไม่มีราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ เศร้าหมองหรือผ่องแผ้ว ฟุ้งซ่านหรือเป็นสมาธิ ฯลฯ อย่างไรๆ ตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้นๆ

๑.๔ ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงธรรม ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดธรรมทั้งหลาย ได้แก่ นิวรณ์ ๕ ขันธ์ ๕ อายตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ อริยสัจ ๔ ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร มีในตนหรือไม่ เกิดขึ้น เจริญบริบูรณ์ และดับไปได้อย่างไร เป็นต้น ตามที่เป็นจริงของมันอย่างนั้นๆ

๒) ปธาน ๔ ความเพียร[๑๕]

๒.๑ สังวรปธาน เพียรระวังหรือเพียรปิดกั้น คือ เพียรระวังยับยั้งบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด มิให้เกิดขึ้น

๒.๒ ปหานปธาน เพียรละหรือเพียรกำจัด คือ เพียรละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

๒.๓ ภาวนาปธาน เพียรเจริญ หรือเพียรก่อให้เกิด คือ เพียรทำกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดมี

---

[๑๒] อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๖๑๑/๓๓๖.

[๑๓] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม,** พิมพ์ครั้งที่ ๓๔, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิการศึกษาเพื่อสันติภาพ พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต), ๒๕๕๙).

[๑๔] ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๗๓-๓๐๐/๓๒๕-๓๕๑.

[๑๕] อง.จตกก. (ไทย) ๒๑/๖๙/๙๖

๒.๔ อนุรักขนาปธาน เพียรรักษา คือ เพียรรักษากุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่นและให้เจริญยิ่งขึ้นไปจนไพบูลย์

๓) อิทธิบาท ๔ คุณเครื่องให้ถึงความสำเร็จ, คุณธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จแห่งผลที่มุ่งหมาย[๑๖]

๓.๑ ฉันทะ ความพอใจ คือ ความต้องการที่จะทำ ใฝ่ใจรักจะทำสิ่งนั้นอยู่เสมอ และปรารถนาจะทำให้ได้ผลดียิ่งๆ ขึ้นไป

๓.๒. วิริยะ ความเพียร คือ ขยันหมั่นประกอบสิ่งนั้นด้วยความพยายาม เข้มแข็งอดทน เอาธุระไม่ท้อถอย

๓.๓ จิตตะ ความคิด คือ ตั้งจิตรับรู้ในสิ่งที่ทำและสิ่งนั้นด้วยความคิด เอาจิตฝักใฝ่ไม่ปล่อยใจให้ฟุ้งซ่านเลื่อนลอยไป

๓.๔ วิมังสา ความไตร่ตรอง หรือ ทดลอง คือ หมั่นใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญตรวจตราหาเหตุผลและตรวจสอบข้อยิ่งหย่อนในสิ่งที่ทำนั้น มีการวางแผน วัดผล คิดค้นวิธีแก้ไขปรับปรุงเป็นต้น

๔) พละ ๕ ธรรมอันเป็นกำลัง[๑๗]

๔.๑ สัทธา ความเชื่อ

๔.๒ วิริยะ ความเพียร

๔.๓ สติ ความระลึกได้

๔.๔ สมาธิ ความตั้งจิตมั่น

๔.๕ ปัญญา ความรู้ทั่วชัด

ธรรม ๕ อย่างนี้ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า อินทรีย์ ๕ ธรรมที่เป็นใหญ่ในกิจของตน ที่เรียกว่า อินทรีย์ เพราะความหมายว่า เป็นใหญ่ในการกระทำหน้าที่แต่ละอย่างๆ ของตน คือเป็นเจ้าการในการครอบงำเสียซึ่งความไร้ศรัทธา ความเกียจคร้าน ความประมาท ความฟุ้งซ่าน และความหลงตามลำดับ ที่เรียกว่า พละ เพราะความหมายว่า เป็นพลังทำให้เกิดความมั่นคง ซึ่งความไร้ศรัทธาเป็นต้น แต่ละอย่างจะเข้าครอบงำไม่ได้

๕) โพชฌงค์ ๗ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้[๑๘]

๕.๑ สติ ความระลึกได้ สำนึกพร้อมอยู่ ใจอยู่กับกิจ จิตอยู่กับเรื่อง

๕.๒ ธัมมวิจยะ ความเฟ้นธรรม, ความสอดส่องสืบค้นธรรม

๕.๓ วิริยะ ความเพียร

๕.๔ ปีติ ความอิ่มใจ

๕.๕ ปัสสัทธิ ความสงบกายสงบใจ

---

[๑๖] ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๓๑/๒๓๓, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๐๕/๒๙๒.

[๑๗] องฺ.ปญฺจก. (ไทย) ๒๒/๑๓/๑๑.

[๑๘] ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๒๗/๒๖๔.

๕.๖ สมาธิ ความมีใจตั้งมั่น จิตแน่วในอารมณ์

๕.๗ อุเบกขา ความมีใจเป็นกลางเพราะเห็นตามเป็นจริง

๖) มรรคมีองค์ ๘ หรือ อัฏฐังคิกมรรค เรียกเต็มว่า อริยอัฏฐังคิกมรรค แปลว่า "ทางมีองค์ ๘ ประการอันประเสริฐ" มีดังนี้[๑๙]

๖.๑ สัมมาทิฏฐิ เห็นชอบ ได้แก่ ความรู้อริยสัจจ์ ๔ หรือ เห็นไตรลักษณ์ หรือรู้อกุศลและอกุศลมูลกับกุศลและกุศลมูล หรือเห็นปฏิจจสมุปบาท

๖.๒ สัมมาสังกัปปะ ดำริชอบ ได้แก่ เนกขัมมสังกัป อพยาบาทสังกัป อวิหิงสาสังกัป

๖.๓ สัมมาวาจา เจรจาชอบ ได้แก่ วจีสุจริต ๔

๖.๔ สัมมากัมมันตะ กระทำชอบ ได้แก่ กายสุจริต ๓

๖.๕ สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ ได้แก่ เว้นมิจฉาชีพ ประกอบสัมมาชีพ

๖.๖ สัมมาวายามะ พยายามชอบ ได้แก่ ปธาน หรือ สัมมัปปธาน ๔

๖.๗ สัมมาสติ ระลึกชอบ ได้แก่ สติปัฏฐาน ๔

๖.๘ สัมมาสมาธิ ตั้งจิตมั่นชอบ ได้แก่ ฌาน ๔

มรรคมีองค์ ๘ นี้ ได้ชื่อว่า มัชฌิมาปฏิปทา แปลว่า ทางสายกลาง เพราะเป็นข้อปฏิบัติอันพอดีที่จะนำไปสู่จุดหมายแห่งความหลุดพ้นเป็นอิสระ ดับทุกข์ ปลอดปัญหา ไม่ติดข้องในที่สุดทั้งสอง คือ กามสุขัลลิกานุโยค การหมกมุ่นอยู่ด้วยกามสุข และอัตตกิลมถานุโยค การประกอบความลำบากเดือดร้อนแก่ตนเอง การบีบคั้นทรมานตนให้เดือดร้อน[๒๐] อันเป็นข้อปฏิบัติหรือการดำเนินชีวิตที่เอียงสุด ผิดพลาดไปจากทางอันถูกต้อง

อีกนัยหนึ่ง คำว่า "กัมมัฏฐาน" จะเรียกว่า "ภาวนา" ก็ได้ ดังมีปรากฏในมหาสัจจกสูตร ว่า "สัจจกะนิครนถบุตรเข้าไปถึงที่ที่พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ แล้วทูลสนทนาปราศรัยพอเป็นที่บันเทิงใจ พอเป็นที่ระลึกถึงกันแล้วจึงนั่ง ณ ที่สมควรได้กราบทูลพระผู้มีพระภาคว่า "ข้าแต่พระโคดมผู้เจริญ มีสมณพราหมณ์พวกหนึ่งหมั่นประกอบกายภาวนาอยู่ แต่หาได้หมั่นประกอบจิตตภาวนาไม่ สมณพราหมณ์พวกนั้น ย่อมประสบทุกขเวทนาทางกาย...[๒๑]

มีความเป็นมาว่า หลังจากเจ้าชายสิทธัตถะได้เสด็จออกบรรพชาแล้ว พระองค์ทรงบำเพ็ญทุกกรกิริยาอยู่เป็นเวลาถึง ๖ ปี แต่ก็ยังไม่ได้ตรัสรู้ ในระหว่าง ๖ ปีนั้น ได้ทรงศึกษาในสำนักของดาบสทรงทรมานพระองค์ด้วยวิธีการต่างๆ ตามคำสอนของบางลัทธิหรือตามความเชื่อของคนในยุคนั้น และที่สำคัญคือได้ทรงศึกษาในภาคปฏิบัติ ได้แก่ การบำเพ็ญสมถภาวนาในสำนักของอาจารย์ผู้มีชื่อเสียง ๒ ท่าน คือ ครั้งแรก ทรงศึกษาในสำนักของอาฬารดาบส กาลามโคตร จนได้บรรลุรูปฌาน ๔ คือ ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌาน และอรูปฌาน ๓ คือ อากาสานัญจายตนฌาน วิญญาณัญจายตนฌาน และอากิญจัญญายตนฌาน ครั้งที่สอง ทรงศึกษาในสำนักของอุททกดาบส

---

[๑๙] ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๙๙/๓๔๘, ม.มู. (ไทย) ๑๒/๑๔๙/๑๒๓.

[๒๐] สํ.ม. (ไทย) ๑๙/๑๖๖๔/๕๒๘.

[๒๑] ม.มู. (ไทย) ๑๒/๓๖๔–๓๖๕/๔๐๑–๔๐๒.

รามบุตร ได้บรรลุอรูปฌานที่ ๔ คือ เนวสัญญานาสัญญายตนฌาน[๒๒] แต่พระองค์ยังไม่ทรงพอพระทัย เพราะทรงเห็นว่า ผลของฌานหรือสมาบัตินั้นเป็นธรรมเครื่องอาศัยเพื่ออยู่ด้วยความสงบเท่านั้น จึงทรงอำลาอาจารย์ทั้งสอง เสด็จไปยังตำบลอุรุเวลาเสนานิคมเพื่อแสวงหาธรรมที่ทำหน้าที่ประหารอาสวะกิเลส อันเป็นต้นเหตุให้ติดอยู่ในสังสารวัฏฏทุกข์ คือความเกิด ความแก่ ความเจ็บ และความตาย โดยลำพังพระองค์เอง โดยในขั้นแรกได้ทรงทรมานพระวรกายให้ลำบากถึง ๓ วาระ คือ ๑) ใช้ฟันบนกับฟันล่างขบกัน ใช้ลิ้นกดเพดานปากจนเหงื่อไหลออกจากรักแร้ ๒) กลั้นลมหายใจ แล้วผ่อนลมหายใจที่ละน้อยจนทำให้ลมออกทางช่องหูทั้งสองข้าง ๓) อดอาหาร โดยบริโภคอาหารเพียงวันละเล็กน้อย ในที่สุดไม่บริโภคเลยจนทำให้ร่างกายซูบผอม[๒๓]

เมื่อทรงเห็นว่าการทรมานพระวรกายเช่นนี้ยังไม่ใช่ทางที่จะกำจัดอาสวะกิเลส หรือไม่ใช่หนทางที่จะตรัสรู้ได้ จึงกลับมาเสวยพระกระยาหารเพื่อบำรุงร่างกายให้มีเรี่ยวแรง แล้วทรงบำเพ็ญเพียรทางใจต่อไปจนถึงวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เพ็ญเดือน ๖ เวลาเช้าได้ทรงรับข้าวมธุปายาส (คือ ข้าวที่หุงด้วยน้ำนมสดผสมน้ำผึ้ง ซึ่งเป็นพระกระยาหารมื้อสุดท้ายก่อนตรัสรู้) จากนางสุชาดา เมื่อเสวยเสร็จทรงลอยถาดทองคำลงไปในแม่น้ำเนรัญชรา เวลาเย็น ทรงรับหญ้าคาจากโสตถิยพราหมณ์ ปูลาดต่างบัลลังก์ภายใต้ต้นพระศรีมหาโพธิ์ แล้วประทับนั่ง ณ ที่นั้น ได้ทรงตั้งจิตอธิษฐานในพระหฤทัยว่า "แม้เลือดเนื้อเอ็นกระดูกจะเหือดแห้งไป ถ้ายังมิได้บรรลุพระอนุตตร สัมมาสัมโพธิญาณ คือพระปัญญาตรัสรู้เองโดยชอบอันยอดเยี่ยมเพียงใด จะไม่เลิกละความเพียร โดยเสด็จลุกไปจากบัลลังก์" ในคืนนั้นเอง พระองค์ได้ทรงบำเพ็ญสมถะโดยวิธีกำหนดลมหายใจ (อานาปานสติ) เป็น อารมณ์ จนได้บรรลุรูปฌาน ๔ แล้วใช้ฌานนั้นเป็นพื้นฐานเจริญขึ้นสู่วิปัสสนา เมื่อถึงยามต้น (ปฐมยาม) ทรงบรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณ สามารถระลึกชาติหนหลังได้ เมื่อถึงยามกลาง (มัชฌิมยาม) ทรงบรรลุจุตูปปาตญาณ สามารถหยั่งรู้การเวียนว่ายตายเกิดของสัตว์ทั้งหลายในภูมิ ๓๑ ภูมิ พิจารณาสังขารคือรูปธรรมนามธรรมว่าเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา และได้ทรงพิจารณาปัจจยาการแห่งปฏิจจสมุปบาท โดย อนุโลมปฏิโลม ปัญญาอันเกิดจากการภาวนา (วิปัสสนาญาณ) ก็เกิดขึ้นเป็นลำดับ เมื่อถึงยามสุดท้าย (ปัจฉิมยาม) ทรงบรรลุอาสวักขยญาณ สามารถกระทำอาสวะกิเลสทั้งหลายให้หมดสิ้นไปด้วยพระปัญญา และในที่สุดแห่งปัจฉิมยามพระองค์ก็ทรงบรรลุ พระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ รู้แจ้งเห็นจริงในอริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค[๒๔]

ตามหลักฐานในพระไตรปิฎกและอรรถกถาแสดงไว้ว่า พระพุทธเจ้าทรงยกย่องการปฏิบัติขึ้นไว้เป็นอันดับต้น เพราะในขั้นแรกได้มีการปฏิบัติจนเกิดผลของการปฏิบัติคือปฏิเวธแล้ว จึงวางระเบียบวิธีกระทำขึ้นอันเป็นปริยัติในขั้นต่อมา ปริยัติจึงมีความสำคัญเพราะเป็นแผนที่หรือเป็นแนวทางในการปฏิบัติเพื่อให้เกิดปฏิเวธ สรุปได้ว่า ธุระในพระพุทธศาสนามี ๒ อย่าง คือ ๑. คันถธุระ ได้แก่ การเรียนรู้คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าตามที่มีปรากฏมาในพระไตรปิกฎ ตลอดถึงอรรถกถา ฎีกา

---

[๒๒] ม.มู. (ไทย) ๑๒/๓๗๑–๓๗๒/๔๐๕–๔๐๙

[๒๓] ม.มู. (ไทย) ๑๒/๓๗๗–๓๘๒/๔๑๒–๔๑๖.

[๒๔] พระมหาบุญเลิศ ธมฺมทสฺสี, นางสาวนงเยาว์ หนูไชยะ ณ กาฬสินธุ์ และ นางสาวพรรณรายชูเลิศ, "ศึกษาปรากฏการณ์วิธีการสอน วิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐานสี่ในปัจจุบัน", **รายงานวิจัย,** หน้า ๑๑.

ต่างๆ จนมีความรู้ความชำนาญในสาขาวิชานั้นๆ แล้วนำมาพิจารณาหาเหตุผลอันเป็นภาคทฤษฎี อุปมาเหมือนกับการเรียนตำรายา รู้ดีว่าเป็นยาอะไร และแก้โรคอะไรได้บ้าง แต่ยังไม่ได้ปรุงยานั้นรับประทาน ถึงแม้ยานั้นจะมีคุณภาพดีสักเพียงใดก็ตาม เมื่อ ยังมิได้รับประทานยา โรคที่เป็นอยู่ก็ยังไม่อาจหายไปจากร่างกายของคนไข้ได้ ๒. วิปัสสนาธุระ ได้แก่ การปฏิบัติตามภาคทฤษฎีที่ได้เรียนรู้มานั้นเพื่อพิสูจน์ผล คือ ความจริงของวิชาที่ตนได้เรียนรู้มานั้น จนได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน อันเป็นปฏิเวธ ตามสมควรแก่วาสนาบารมีของตน ๆ อุปมาเหมือนกับการปรุงยาตามตำราแล้วรับประทานจนได้ผล คือโรคได้หายไปจากร่างกายของคนไข้แล้ว ดังนั้น การศึกษาธุระทั้งสองอย่างนี้ จึงเป็นหน้าที่ของพุทธบริษัททั้ง ๔ คือ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา โดยแท้[๒๕]

พระราชสุทธิญาณมงคล ได้ให้คำนิยามกรรมฐานว่า[๒๖]

๑) กรรมฐาน แปลว่า การงานและหน้าที่
๒) กรรมฐาน แปลว่า เราต้องรับผิดชอบตัวเองให้ได้
๓) กรรมฐาน แปลว่า เราต้องช่วยตัวเองให้ได้
๔) กรรมฐาน แปลว่า เราต้องพึ่งตัวเองได้
๕) กรรมฐาน แปลว่า เราตั้งสติปัญญาสั่งสอนจิตของเราได้

วรเดช ปญูจรงคะ กล่าวว่า คำวา “กรรมฐาน” นี้ใชแทนคำดั้งเดิมว่า “ภาวนา” ซึ่งหมายถึง “การเจริญ” หรือ “การพัฒนา” ได้แก่ การเจริญหรือการพัฒนาทางจิตใจ เมื่อกล่าวถูกต้องตรงตามความหมายจริงๆ ของศัพท์แล้ว “การภาวนา” ทางพระพุทธศาสนาคือการเจริญจิต การภาวนามีจุดมุ่งหมายเพื่อชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์ ปราศจากกิเลสเครื่องเศร้าหมอง และสิ่งรบกวนทั้งหลาย เช่น ราคะ โทสะ พยาบาท ความอาฆาต ความฟุ้งซ่าน รำคาญใจ (อุทธัจจะกุกกุจจะ) ความลังเลสงสัย (วิจิกิจฉา) และเพื่อปลูกฝังคุณสมบัติต่าง ๆ เช่น สมาธิ สติ ปัญญา ความมุงมั่น พลังและความสามารถในการวิเคราะห์ความเชื่อมั่น ความสุขสงบ ซึ่งจะนำไปสู่การได้ปัญญายอดเยี่ยม อันจะสามารถเห็นสภาวะของสรรพสิ่งตามความเป็นจริงและรู้แจ้งแทงตลอด ปรมัตถสัจจะ คือ พระนิพพานในที่สุด[๒๗]

๒) ประเภทของกัมมัฏฐาน

คำว่า “กัมมัฏฐาน” แปลตามตัวว่า “ที่ตั้งของการงาน” ถ้าแปลเอาความก็คือ “ฐานสำหรับการทำงานของจิต” ความหมายว่า “เมื่อจิตทำงานบนฐานนี้แล้วจิตจะมั่นคงขึ้นพัฒนาในทางที่ดีขึ้น สะอาดขึ้น หมดจดขึ้น และผ่องใสขึ้นทั้งนี้เพราะธรรมดาของจิตจะคิดในเรื่องต่าง ๆ (พระท่านเรียกว่า “อารมณ์”) อยู่ตลอดเวลา คิดโลภบ้าง คิดโกรธบ้าง คิดหลงบ้าง ไม่หยุดนิ่ง แต่ถ้า

---

[๒๕] เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๓.

[๒๖] พระราชสุทธิญาณมงคล (จรัญ ฐิตธมฺโม), **กรรมสนอง ความเป็นไปของชีวิตตามกฎแห่งกรรม,** (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๓), หน้า ๖.

[๒๗] วรเดช ปญูจรงคะ, **การเจริญสติด้วยวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔,** (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๙.

เราสามารถผูกจิตของเราให้อยู่บนฐานที่ท่านกำหนดไว้ และบริกรรมอารมณ์ตามที่ท่านระบุไว้แล้วจิตจะเชื่องและนิ่ง ที่เราเรียกว่า “สงบ” และเมื่อจิตสงบแล้วก็จะมีสภาพที่เรียกว่า “กัมมนิยะ” (ควรที่จะนำไปใช้งาน) สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้ตามปรารถนา เช่นน้อมไปในทางอิทธิปาฏิหาริย์ก็จะเกิดวิชชา ๓ ปฏิสัมภิทา ๔ หรือ อภิญญา ๖ แต่ในทางพระพุทธศาสนาท่านสอนให้น้อมไปทางพิจารณาสังขารว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาอันจะนำไปสู่การบรรลุมรรค ผล นิพพาน ในที่สุด

กัมมัฏฐานในพุทธศาสนาแบ่งออกเป็น ๒ ประเภท คือ[๒๘]

๑.สมถกัมมัฏฐาน ความตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่ ความตั้งมั่น ความไม่ซัดส่าย ความไม่ฟุ้งซ่าน ความที่จิตไม่ซัดส่าย [๒๙] กัมมัฏฐานที่เป็นอุบายสงบใจกัมมัฏฐานประเภทที่ ๑ นี้ ตรงกับคำพูดที่เราพูดกันโดยทั่วไปว่า “ทำสมาธิ” นั่นเอง เพราะถ้าเรานำเอาอารมณ์ของสมถกัมมัฏฐานมาบริกรรม จะทำให้จิตเป็นสมาธิ ที่สำนักต่างๆ สอนกันโดยทั่วไป โดยเฉพาะสายวัดป่าทั้งหลายมักจะเป็นสมถกัมมัฏฐาน

สมถกัมมัฏฐาน มีอารมณ์สำหรับบริกรรม ๔๐ อย่าง (สมัยโบราณท่านเรียกว่า กัมมัฏฐาน ๔๐ ห้อง) ประกอบด้วยกสิน ๑๐ อนุสติ ๑๐ อสุภะ ๑๐ พรหมวิหาร ๔ อรูปธรรม ๔ จตุธาตุววัฏฐาน ๑ และอาหาเร ปฏิกูลสัญญา ๑ แต่ที่นิยมใช้บริกรรม และแนะนำให้บริกรรมคือ อานาปานสติ (กำหนดลมหายใจเข้า-ออก พร้อมกับบริกรรมว่า “พุท” เมื่อหายใจเข้า และ “โธ” เมื่อหายใจออก) ซึ่งเป็นอารมณ์ที่จัดอยู่ในกลุ่มอนุสติ ๑๐ ที่ท่านนิยมอานาปานสติ ก็เพราะเป็นวิธีที่ง่าย ไม่ต้องเตรียมการมาก ทุกคนมีลมหายใจอยู่แล้ว นึกอยากจะบริกรรมเมื่อไรก็ทำได้ทันที

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) ให้ความหมายของสมถะวิปัสสนาไว้ว่า สมถะ คือความ สงบ, สมาธิ กามฉนฺทํ สเมตีติ สมโถ ธรรมที่ยังความพอใจในกามให้สงบ ชื่อว่าสมถะ ส่วน วิปัสสนา คือความเห็นแจ้ง วิวิธํ อนิจฺจาทิกํ สงฺขาเรสุ ปสฺสตีติ วิปสฺสนา ปัญญาที่เห็นสภาวะต่างๆ มีอนิจจลักษณะ เป็นต้น ในสังขารทั้งหลาย ชื่อว่า วิปัสสนา [๓๐]

บุพกิจเบื้องต้นในการเจริญสมถกัมมัฏฐาน

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกล่าวไว้ดังนี้คือ การ ชำระศีลให้บริสุทธิ์ ตั้งมั่นอยู่ในศีลที่บริสุทธิ์ดีแล้ว การตัดปลิโพธ อันเป็นเครื่องกังวล ๑๐ ประการ การเข้าไปหากัลยาณมิตรผู้ให้กัมมัฏฐาน การเรียนกัมมัฏฐานข้อใดข้อหนึ่ง ในจำนวน ๔๐ ประการ ที่เหมาะกับจริตของตน การหลีกเว้นสถานที่ที่ไม่เหมาะแก่การเจริญสมาธิ การอยู่ในสถานที่ที่ เหมาะแก่การเจริญสมาธิภาวนา การตัดปลิโพธเครื่องกังวลเล็กน้อย ปลิโพธ คือสิ่งที่ทำให้เกิดความกังวล เป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติกัมมัฏฐานมี ๑๐ ประการคือ ความกังวลเกี่ยวกับที่อยู่อาศัย ความกังวลเกี่ยวกับตระกูล ความกังวลเกี่ยวกับลาภ

---

[๒๘] ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๔ /๒๕๖.

[๒๙] อภิ.สัง. (ไทย) ๓๔/๒๔/๓๑.

[๓๐] พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช), **ศัพท์วิเคราะห์,** (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เลี่ยงเชียง, ๒๕๕๐), หน้า ๖๗๑.

สักการะ ความกังวลเกี่ยวกับคณะศิษย์และบริวาร ความกังวลเกี่ยวกับการงาน ความกังวลเกี่ยวกับการเดินทาง ความกังวลเกี่ยวกับญาติหรืออุปัฏฐาก ความกังวลเกี่ยวกับความเจ็บป่วย ความกังวลเกี่ยวกับการศึกษาเล่าเรียน และความกังวลเกี่ยวกับฤทธิ์ของปุถุชนที่ต้องรักษาไว้ไม่ให้เสื่อม เมื่อรักษาศีลได้บริสุทธิ์ ตัดความกังวลได้แล้ว ก็เข้าไปหากัลยาณมิตรผู้ให้กัมมัฏฐาน คุณสมบัติของกัลยาณมิตรผู้ให้กัมมัฏฐาน มี ๗ ประการตามที่กล่าวไว้ในทุติยมิตตสูตร ว่า [๓๑]

๑) ปิโย น่ารัก ในฐานเป็นที่สบายใจและสนิทสนม ประกอบด้วยความเมตตากรุณาใส่ใจ คนและประโยชน์สุขของเขา สร้างความรู้สึกสนิมสนมเป็นกันเอง ชวนให้อยากให้เข้าไปปรึกษาไต่ถาม

๒) ครุ น่าเคารพ ในฐานประพฤติสมควรแก่ฐานะ เป็นผู้หนักแน่น ถือหลักการเป็นสำคัญ ทำให้เกิดความรู้สึกอบอุ่น เป็นที่พึ่งได้และปลอดภัย

๓) ภาวนีโย น่าเจริญใจ น่ายกย่อง น่าเอาอย่าง ในฐานทรงคุณคือความรู้จริง ทรงภูมิปัญญาแท้จริง และเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนเองเสมอ เป็นที่น่ายกย่อง ควรเอาอย่าง ทำให้ศิษย์เอ่ยอ้างและรำลึกถึงด้วยความซาบซึ้ง มั่นใจ และภาคภูมิใจ

๔) วตฺตา จ รู้จักพูดให้ได้ผล รู้จักชี้แจงให้เข้าใจ รู้ว่าเมื่อไรควรพูดอะไร อย่างไรคอยให้คำแนะนำว่ากล่าวตักเตือน เป็นที่ปรึกษาที่ดี

๕) วจนกฺขโม อดทนต่อถ้อยคำ คือพร้อมที่จะรับฟังคำปรึกษาซักถามแม้จุกจิกตลอดจนคำ ล่วงเกินและคำตักเตือนวิพากษ์วิจารณ์ต่าง ๆ อดทนฟังได้ ไม่เบื่อหน่าย ไม่เสียอารมณ์

๖) คมฺภีรญฺจ กถํ กตฺตา กล่าวชี้แจงแถลงเรื่องต่าง ๆ ที่ลึกซึ้งให้เข้าใจได้ และสอนศิษย์ให้รู้เรื่องราวที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้นไป

๗) โน จฏฺฐาเน นิโยชเย ไม่แนะนำในเรื่องเหลวไหลหรือชักจูงไปในทางที่เสื่อมเสียไม่สมควร

กัมมัฏฐาน อาจจำแนกตามขั้นตอนการปฏิบัติ และจำแนกตามวิธีฝึกอบรมจิต ดังนี้ [๓๒]

๑) กัมมัฏฐานจำแนกตามขั้นตอนการปฏิบัติ

๑.๑) สัพพัตถกกัมมัฏฐาน กัมมัฏฐานที่ปรารถนาเป็นเบื้องต้น ในการบำเพ็ญกัมมัฏฐานทั้งปวง ได้แก่ ความมีเมตตาในหมู่ภิกษุ เทวดา ผู้เป็นใหญ่ในหมู่บ้าน ที่ภิกษุไปเที่ยวบิณฑบาต มนุษย์ และสัตว์ทั้งหลายที่อยู่ในหมู่บ้าน ด้วยการกำหนดแล้วเจริญเมตตา อันเป็นผลให้ภิกษุผู้บำเพ็ญกัมมัฏฐานได้รับการปกป้องรักษา ไม่ถูกข่มเหงเบียดเบียน และไปสู่ที่ใดๆ ได้โดยไม่เดือดร้อน เป็นประการแรก มีมรณสติ เป็นประการที่สอง คือ การระลึกถึงความตายอยู่เสมอทำให้ผู้ปฏิบัติกัมมัฏฐานงดเว้นอเนสนา มีความสังเวชสลดใจเพิ่มมากขึ้น เป็นผลให้เป็นผู้มีจิตไม่ท้อถอยในการปฏิบัติชอบ และการหมายเอาอสุภสัญญา คือ การไม่เห็นความสำคัญของความสวย ความงาม

[๓๑] องฺ.สตฺตก. (ไทย) ๒๓/๓๗/๕๗.

[๓๒] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรมฉบับปรับขยาย,** (กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, ๒๕๔๘), หน้า ๘๕๐.

เป็นประการที่สาม ทำให้ไม่ถูกครอบงำด้วยความโลภ สัพพัตถกกัมมัฏฐาน เป็นกัมมัฏฐานที่มีอุปการะมาก เพราะเป็นเหตุทำให้การภาวนาสำเร็จตามประสงค์

๑.๒) ปาริหาริยกัมมัฏฐาน กัมมัฏฐานที่จำต้องรักษาอยู่เป็นนิจคือ กัมมัฏฐานที่ผู้ปฏิบัติเลือกปฏิบัติจากกัมมัฏฐาน ๔๐ ตามที่เหมาะกับจริตของตน

๒) กัมมัฏฐานจำแนกตามวิธีฝึกอบรมจิต ได้แก่

๒.๑) สมถกัมมัฏฐาน การฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบ หรือการฝึกสมาธิ

๒.๒) วิปัสสนากัมมัฏฐาน การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามเป็นจริงหรือการเจริญปัญญา

นอกจากนั้น สมถกรรมฐาน ๔๐ ยังประกอบด้วย

๑) กสิน ๑๐ คือ วัตถุสำหรับเพ่งเพื่อจูงจิตให้เป็นสมาธิ[๓๓]

๑.๑) เพ่งปฐวีกสิณ (ธาตุดิน/ของแข็ง ไม่ใช่เฉพาะดิน) จิตเพ่งดิน โดยกำหนดว่าสิ่งนี้เป็นดิน หายใจเข้าให้ภาวนาว่า “ปฐวี” หายใจออกให้ภาวนาว่า “กสิณัง”

๑.๒) เพ่งเตโชกสิณ (ธาตุไฟ ธาตุร้อน) จิตเพ่งไฟ คือการเพ่งเปลวไฟ โดยกำหนดว่าสิ่งนี้เป็นไฟ หายใจเข้าให้ภาวนาว่า “เตโช” หายใจออกภาวนาว่า “กสิณัง”

๑.๓) วาโยกสิณ (ธาตุลม) จิตเพ่งอยู่กับลม นึกถึงภาพลม โดยกำหนดว่า สิ่งนี้เป็นลม หายใจเข้าให้ภาวนาว่า “วาโย” หายใจออกภาวนาว่า “กสิณัง”

๑.๔) อากาสกสิณ (ช่องว่าง) จิตเพ่งอยู่กับอากาศ นึกถึงอากาศ คือการ เพ่งช่องว่าง โดยกำหนดว่าสิ่งนี้เป็นช่องว่าง เวลาหายใจเข้าให้ภาวนาว่า “อากาศ” หายใจออกภาวนา ว่า “กสิณัง”

๑.๕) อาโลกสิณ (กสิณแสงสว่าง) จิตเพ่งอยู่กับแสงสว่าง นึกถึงแสงสว่าง วิธีเจริญอาโลกกสิณให้ผู้ปฏิบัติยึดโดยทำความรู้สึกถึงความสว่าง ไม่ใช่เพ่งที่สีของแสงนั้น เวลาหายใจ เข้าให้ภาวนาว่า “อาโลก” หายใจออกให้ภาวนาว่า “กสิณัง”

๑.๖) อาโปกสิณ (ธาตุน้ำ หรือ ของเหลว) จิตนึกถึงน้ำเพ่งน้ำไว้ คือการ เพ่งน้ำ โดยกำหนดว่าสิ่งนี้เป็นน้ำ หายใจเข้าให้ภาวนาว่า “อาโป” หายใจออกภาวนาว่า “กสิณัง” ให้เลือกภาวนากสิณใดกสิณหนึ่งให้ได้ถึงฌาน ๔ หรือฌาน ๕ กสิณอื่น ๆ ก็ทำได้ง่ายทั้งหมด

๑.๗) โลหิตกสิณ เพ่งกสิณ หรือนิมิตสีแดงจะเป็นดอกไม้แดง เลือดแดง หรือผ้าสีแดงก็ได้ทั้งนั้นจิตนึกภาพสีแดงแล้วภาวนาว่า โลหิต กสิณัง

๑.๘) นีลกสิณ ตาดูสีเขียวใบไม้ หญ้า หรืออะไรก็ได้ที่เป็นสีเขียว แล้ว หลับตาจิตนึกถึงภาพสีเขียว ภาวนาว่า นีล กสิณัง

๑.๙) ปีตกสิณ จิตเพ่งของอะไรก็ได้ที่เป็นสีเหลือง ภาวนาว่า ปีต กสิณัง

---

[๓๓] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม,** (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธรรม, ๒๕๕๘), หน้า ๒๒๙-๒๓๐.

๑.๑๐) โอทากสิณ ตาเพ่งสีขาวอะไรก็ได้แล้วแต่สะดวก แล้วหลับตานึก ถึงภาพสีขาว ภาวนาโอทา กสิณัง

๒) อนุสสติ ๑๐ หมายถึง กรรมฐานเป็นเครื่องระลึกถึง มี ๑๐ อย่าง ได้แก่[๓๔]

๒.๑) พุทธานุสสติ การระลึกถึงพระคุณของพระพุทธเจ้า

๒.๒) ธัมมานุสสติ การระลึกถึงพระคุณของพระธรรม

๒.๓) สังฆานุสสติ การระลึกถึงพระคุณของพระสงฆ์

๒.๔) สีลานุสสติ การระลึกถึงศีลที่ตนรักษา

๒.๕) จาคานุสสติ การระลึกถึงทาน ความดีที่ตนสร้างไว้

๒.๖) เทวตานุสสติ การระลึกถึงคุณที่ทำให้คนเป็นเทวดา เช่น หิริ โอตตัปปะ และพระคุณของพ่อแม่ที่เป็นเทวดาของบุตรธิดา เทวดาหรือบุคลที่เคารพนับถือ

๒.๗) อุปสมานุสติ การระลึกถึงพระคุณของพระนิพพาน

๒.๘) มรณสติการระลึกถึงความตายที่สัตว์โลกย่อมประสบ

๒.๙) อานาปานสติ การระลึกถึงลมหายใจเข้าออก

๒.๑๐) กายคตาสติ การระลึกถึงความไม่งามปฏิกูลของอาการ ๓๒ มีผม ขน เล็บ ฟัน หนัง (ปัญจตจกรรมฐาน)

๓) อสุภ ๑๐ คือ ไม่สวย ไม่งาม ไม่ดี คือ ไม่น่าชื่นชม น่าเกลียด น่าระอา ได้แก่[๓๕]

๓.๑) อุทธุมาตกะ ซากศพทีพองขึ้นอืด
๓.๒) วินีลกะ ซากศพที่เขียวคล้ำ
๓.๓) วิปุพพกะ ซากศพที่มีน้ำเหลืองไหลเยิ้ม
๓.๔) วิจฉิททกะ ซากศพที่ขาดกลางตัว
๓.๕) วิกขายิตกะ ซากศพที่ถูกสัตว์กัดกิน
๓.๖) วิกขิตตกะ ซากศพที่มีมือ เท้า ศีรษะขาดหายไป
๓.๗) หตวิกขิตตกะ ซากศพที่ถูกบั่นเป็นท่อนๆ
๓.๘) โลหิตกะ ซากศพที่ถูกประหารมีเลือดไหลนอง
๓.๙) ปุฬุวกะ ซากศพที่เน่าเฟะคลาคล่ำด้วยตัวหนอน
๓.๑๐) อัฏฐิกะ ซากศพที่เหลือแต่โครงกระดูก

---

[๓๔] องฺ.เอก. (ไทย) ๒๐/๑๘๐/๓๒.

[๓๕] ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๒๑๓/๑๔๐.

๔) พรหมวิหาร ๔ แปลว่า ธรรมของพรหมหรือของท่านผู้เป็นใหญ่ หลักธรรมนี้ ได้แก่[๓๖]

๔.๑) เมตตา ความปราถนาให้ผู้อื่นได้รับสุข ความสุขเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนา ความสุขเกิดขึ้นได้ทั้งกายและใจ เช่น ความสุขเกิดการมีทรัพย์ ความสุขเกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์เพื่อการบริโภค ความสุขเกิดจากการไม่เป็นหนี้ และความสุขเกิดจากการทำงานที่ปราศจากโทษ เป็นต้น

๔.๒) กรุณา ความปรารถนาให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ ความทุกข์ คือ สิ่งที่เข้ามาเบียดเบียนให้เกิดความไม่สบายกาย ไม่สบายใจ และเกิดขึ้นจากปัจจัยหลายประการด้วยกัน พระพุทธองค์ทรงสรุปไว้ว่าความทุกข์มี ๒ กลุ่มใหญ่ๆ คือ (๑) ทุกข์โดยสภาวะ หรือเกิดจากเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติของร่างกาย เช่น การเกิด การเจ็บไข้ ความแก่และความตาย สิ่งมีชีวิตทั้งหลายที่เกิดมาในโลกจะต้องประสบกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ซึ่งรวมเรียกว่า กายิกทุกข์ (๒) ทุกข์จรหรือทุกข์ทางใจ อันเป็นความทุกข์ที่เกิดจากสาเหตุที่อยู่นอกตัวเรา เช่น เมื่อปรารถนาแล้วไม่สมหวังก็เป็นทุกข์ การประสบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รักก็เป็นทุกข์ การพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รักก็เป็นทุกข์ รวมเรียกว่า เจตสิกทุกข์

๔.๓) มุทิตา ความยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี คำว่า "ดี" ในที่นี้ หมายถึง การมีความสุขหรือมีความเจริญก้าวหน้า ความยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดีจึงหมายถึง ความปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข ความเจริญก้าวหน้ายิ่งๆ ขึ้น ไม่มีจิตใจริษยา ความริษยา คือ ความไม่สบายใจ ความโกรธ ความฟุ้งซ่านซึ่งมักเกิดขึ้นเมื่อเห็นผู้อื่นได้ดีกว่าตน เช่น เห็นเพื่อนแต่งตัวเรียบร้อยแล้วครูชมเชย ก็เกิดความริษยาจึงแกล้งเอาเศษชอล์ก โคลน หรือหมึกไปป้ายตามเสื้อกางเกงของเพื่อนนักเรียนคนนั้นให้สกปรกเลอะเทอะ เราต้องหมั่นฝึกหัดตนให้เป็นคนที่มีมุทิตา เพราะจะสร้างไมตรีและผูกมิตรกับผู้อื่นได้ง่ายและลึกซึ้ง

๔.๔) อุเบกขา การรู้จักวางเฉย หมายถึง การวางใจเป็นกลางเพราะพิจารณาเห็นว่าใครทำดีย่อมได้ดี ใครทำชั่วย่อมได้ชั่ว ตามกฎแห่งกรรม คือ ใครทำสิ่งใดไว้สิ่งนั้นย่อมตอบสนองคืนบุคคลผู้กระทำ เมื่อเราเห็นใครได้รับผลกรรมในทางที่เป็นโทษ เราก็ไม่ควรดีใจหรือคิดซ้ำเติมเขาในเรื่องที่เกิดขึ้น เราควรมีความปรารถนาดี คือพยายามช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์ ในลักษณะที่ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม

๑.๕) อรูป ๔[๓๗] คำว่า อรูป นี้ ก็คือ สิ่งที่ไม่ใช่รูป ได้แก่ สิ่งที่เป็นนามธรรมที่มีความละเมียดละไมขึ้นไปโดยลำดับ เป็นชื่อของฌานที่เกิดแก่ผู้บำเพ็ญเพียรซึ่งเราเรียกว่า พระโยคาวจร พระโยคาวจร ผู้บำเพ็ญเพียร เมื่อได้บรรลุรูปฌาน ๔ แล้วพิจารณาถึงปฏิภาคนิมิตที่เกิดขึ้นจากการเจริญกสิณข้อใดข้อหนึ่งเป็นอารมณ์ จนมองเห็นกสิณนั้นเป็นเพียงช่องว่างในที่สุด แล้วละความสนใจ

---

[๓๖] บ้านจอมยุทธ, **พรหมวิหาร ๔**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : https://www.baanjomyut.com/pratripidok/๑๓.html [๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๕].

[๓๗] ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๒๓๕/๒๓๕.

ในปฏิภาคนิมิตของกสิณนั้น ใช้สำนวนบาลีว่า เพิกกสิณ จากนั้นก็มาเพ่งพินิจที่อากาศเป็นอารมณ์ ก็จะเดินเข้าไปสู่อรูป ฌาน ๔ คือ

๕.๑) อากาสานัญจายตนะ อากาสานัญจายตนะนี้ ท่านกล่าวไว้ในวิสุทธิมรรคว่า ก่อนที่จะเจริญอากาสานัญจายตนะนี้ ท่านจะเข้าจตุตถฌานในกสิณกองใดกองหนึ่ง แล้วให้เพิก คือ ปล่อย ไม่สนใจในกสิณนิมิตนั้นเสีย ใคร่ครวญว่า กสิณนิมิตนี้เป็นอารมณ์ที่มีรูปเป็นสำคัญ ได้แก่ ความสุข ความทุกข์ ซึ่งเป็นปัจจัยของภยันตราย มีรูปเป็นต้นเหตุ เราไม่มีความต้องการในรูป แล้วละรูปนิมิตกสิณนั้น ถืออากาศเป็นอารมณ์จนวงอากาศเกิดเป็นนิมิตที่มีขอบเขตกว้างใหญ่ แล้วย่อให้สั้นลงมา อธิษฐานให้เล็กใหญ่ได้ตามประสงค์ ทรงจิตรักษาอากาศไว้โดยกำหนดใจว่า อากาศหาที่สุดมิได้ ดังนี้ จนจิตเป็นอุเบกขารมณ์ อารมณ์วางเฉย จัดเป็นฌาน ๔ แต่อยู่ในอรูปฌาน

๕.๒) วิญญาณัญจายตนะ อรูปฌานนี้กำหนดวิญญาณ คือตัวรู้เป็นอารมณ์ โดยจับอากาสานัญจายตนะ คือกำหนดอากาศจากอรูปฌานที่หนึ่ง เดิมเป็นปัจจัย แล้วถือนิมิตอากาศนั้นเป็นฐานที่ตั้งของอารมณ์ แล้วกำหนดว่า อากาศนี้ยังเป็นนิมิตที่รูปอาศัยอยู่ ถึงแม้จะเป็นอรูปก็ตาม แต่ยังมีความหยาบอยู่มาก เราจะทิ้งอากาศเสีย ถือเฉพาะวิญญาณ (คือตัวรู้) เป็นอารมณ์ แล้วกำหนดจิตว่า วิญญาณหาที่สุดมิได้ แล้วละทิ้งอากาศและรูปทั้งหมดเด็ดขาด กำหนดวิญญาณคือ ถือวิญญาณ ตัวรู้ ซึ่งเป็นเสมือนจิต โดยคิดว่าเราต้องการจิตเท่านั้น รูปกายอย่างอื่นไม่ต้องการ จนจิตตั้งอยู่เป็นอุเบกขารมณ์ (อารมณ์วางเฉย)

๕.๓) อากิญจัญญายตนะ อรูปฌานนี้กำหนดความไม่มีอะไรเลยเป็นสำคัญ โดยเข้าฌาน ๔ (ให้เป็นบาทฐานที่ตั้ง) ในวิญญาณัญจายตนะ แล้วเพิกวิญญาณคือปล่อย ไม่ต้องการวิญญาณ(ตัวรู้)นั้น คือคิดว่าไม่มีอะไรเลยเป็นสำคัญ อากาศก็ไม่มี วิญญาณก็ไม่มี ถ้ายังมีอะไรสักอย่างหนึ่งแม้แต่น้อยหนึ่ง ก็เป็นเหตุของภยันตราย ฉะนั้น การไม่มีอะไรเลยเป็นการปลอดภัยที่สุด แล้วก็กำหนดจิตไม่ยึดถืออะไรทั้งหมด จนจิตตั้งเป็นอุเบกขารมณ์ เป็นจบอรูปฌานนี้

๕.๔) เนวสัญญานาสัญญายตนะ เนวสัญญานาสัญญายตนะนี้ กำหนดว่ามีสัญญา (ความจำได้)ก็ไม่ใช่ ไม่มีสัญญา (จำไม่ได้) ก็ไม่ใช่ คือ ทำความรู้สึกตัวเสมอว่า ทั้งมีสัญญาอยู่นี้ก็ทำความรู้สึกเหมือนไม่มีสัญญา คือไม่ยอมรับรู้จดจำอะไรหมด ทำตัวเสมือนหุ่นที่ไร้(ทั้ง)วิญญาณ และหน่วยความจำ คือไม่มีการประมวลผล ไม่รับรู้ ไม่รับอารมณ์ใดๆ ทั้งสิ้น หนาวก็รู้ว่าหนาวแต่ไม่เอาเรื่อง ร้อนก็รู้ว่าร้อนแต่ไม่ดิ้นรนกระวนกระวาย มีชีวิตทำเสมือนคนตาย คือไม่ปรารภสัญญาความจดจำใดๆ ปล่อยตามเรื่องเปลื้องความสนใจใดๆ ออกจนสิ้น จนจิตเป็นเอกัคคตาและอุเบกขารมณ์

๑.๖) อาหาเรปฏิกูลสัญญา คือ ความสำคัญหมายว่า ไม่สะอาดในอาหาร อาหาร แปลว่า สภาพผู้นำมา อาหารมี ๔ อย่าง คือ[๓๘]

๖.๑) กพพิงการาหาร ย่อมนำมาซึ่งโอชาในรสอาหาร

๖.๒) ผัสสาหาร ย่อมนำมาเวทนามา มีสุขเป็นต้น

๖.๓) มโนสัญเจตนาหาร ย่อมนำปฏิสนธิ (เกิด) ในภพ ๓ มา

---

[๓๘] องฺ.เอก. (ไทย) ๒๐/๒๒๔/๕๔.

๖.๔) วิญญาณาหาร ย่อมนำอายตนะภายนอก ๖ มา

๑.๗) จตุธาตุววัตถาน การกำหนดธาตุ ๔ คือ พิจารณาร่างกายนี้ แยกแยะออกไปมองเห็นแต่ส่วนประกอบต่างๆ ที่จัดเข้าในธาตุ ๔ คือ ปฐวี (ดิน) อาโป (น้ำ) เตโช (ไฟ) วาโย (ลม) ทำให้รู้ภาวะความเป็นจริงของร่างกายว่าเป็นเพียงธาตุ ๔ ประชุมกันเข้าเท่านั้น ไม่เป็นตัวสัตว์ บุคคลที่แท้จริง[๓๙] ได้แก่

๗.๑) ปฐวี นั้นมีลักษณะแข้นแข็ง หยาบ กระด้าง

๗.๒) อาโป นั้นมีลักษณะเอิบอาบ ไหลไป ความซึมซาบ

๗.๓) เตโช ความเป็นเครื่องทำให้ร้อน ความเป็นของร้อน

๗.๔) วาโย ความเป็นสิ่งทำให้ฟุ้งเฟ้อ การไหวตัวได้

๒. วิปัสสนากัมมัฏฐาน กัมมัฏฐานเป็นอุบายเรืองปัญญา ในนัยหนึ่งถือเป็นกัมมัฏฐานที่ต่อเนื่องจากสมถกัมมัฏฐาน คือ หลังจากที่ฝึกจิตให้เชื่อง ให้สงบนิ่งแล้ว จิตจะอยู่ในสภาพเป็นกัมมนิยะ แล้วน้อมนำจิตนั้นไปพิจารณาสังขาร (ธาตุ ๔ และ ขันธ์ ๕) ให้เห็นเป็นของไม่เที่ยง (อนิจจตา) เป็นทุกข์ (ทุกขตา) และมิใช่ตัวตนของเรา (อนัตตา) หรือที่พระท่านใช้สำนวนว่า "ยกสังขารขึ้นสู่ไตรลักษณ์" จนรู้แจ้งเห็นจริง คำว่า "รู้แจ้งเห็นจริง" หมายความว่า "รู้ว่าสังขารทั้งหลายเป็นสักแต่ว่าธาตุ ๔ และขันธ์ ๕ มาประชุมกันเข้าเท่านั้น ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขาเป็นเพียงกลุ่มธรรม (กระบวนการธรรมชาติ) เท่านั้น ดังคำบาลีที่ว่า "สุทธธัมมา ปวัตตันติ กลุ่มธรรมล้วนๆ เป็นไปอยู่" หรืออีกนัยหนึ่งคือ ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ความวิจัย ความเลือกสรร ความวิจัยธรรม ความกำหนด หมายความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความค้นคิด ความใคร่ครวญ ปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ความเห็นแจ้ง ความรู้ดี ปัญญาเหมือนปฏัก ปัญญา ปัญญินทรีย์ ปัญญาพละ ปัญญาเหมือนศัสตรา ปัญญาเหมือนปราสาท ความสว่างคือปัญญา แสงสว่างคือปัญญา ปัญญาเหมือนประทีป ปัญญาเหมือนดวงแก้ว ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฏฐิ ในสมัยนั้น นี้ชื่อว่า วิปัสสนาที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น[๔๐]

เมื่อรู้แจ้งเห็นจริงเช่นนี้แล้ว จิตจะค่อย ๆ คลายหรือถอนจากความยึดมั่นถือมั่น เมื่อไม่ยึดมั่นถือมั่นก็ไม่เป็นทุกข์ (เพราะไม่ว่าจะเกิดความเปลี่ยนแปลงอะไรขึ้นกับสังขารนั้น ก็ถือว่าเป็นเรื่องของธรรมชาติ ที่เราเป็นทุกข์เพราะเราไปยึดมั่นในสังขารนั้น และเมื่อมีอะไรเกิดขึ้นกับสังขารนั้น ใจเราก็หวั่นไหวเป็นทุกข์) นี่แหละคือที่สุดแห่งทุกข์

อีกนัยหนึ่งในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานนี้ ท่านให้ปฏิบัติควบคู่ไปกับสมถกัมมัฏฐานได้เลย เช่นในขณะที่กำหนดลมหายใจเข้า-ออกนั้น ท่านก็ให้พิจารณาการเกิด-ดับไปในตัวด้วย เช่นเมื่อหายใจเข้าถือว่าเป็นการ "เกิด" หายใจออกเป็นการ "ดับ" (ของสังขาร) ก็จะทำให้เป็นการเกิด-ดับ

---

[๓๙] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์,** พิมพ์ครั้งที่ ๑๐ (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธรรม, ๒๕๔๗), หน้า ๕๕.

[๔๐] อภิ.สัง. (ไทย) ๓๔/๕๕/๓๗.

ของสังขารตลอดเวลา แต่มีบางสำนักที่ท่านสอนเน้นวิปัสสนากัมมัฏฐาน โดยสอนให้พิจารณาการเกิดดับของนามรูป (ขันธ์ ๕) ไปเลย เพราะในขณะที่เราพิจารณาการเกิดดับของนามรูปอยู่นั้น จิตก็จะเป็นสมาธิไปในตัวด้วย

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้แบ่งกัมมัฏฐานเป็น ๒ ประเภท ดังนี้[๔๑]

๑) สัพพัตถกกัมมัฏฐาน ประกอบด้วยกัมมัฏฐาน ๓ ประการคือ เมตตา แผ่ไปในบุคคลต่าง ๆ ตั้งแต่หมู่ภิกษุ หมู่เทวดา หมู่อิสรชนในหมู่บ้าน ตลอดถึงสรรพสัตว์ทั้งหลาย การแผ่เมตตาให้กับคนเหล่านี้ จะทำให้คนเหล่านั้นจิตใจอ่อนโยน เป็นมิตร มรณสติ มีสติระลึกถึงความตาย จะช่วยให้ไม่ประมาท เกิดความสังเวช ประพฤติในหลักธรรมวินัย อสุภสัญญาจะช่วยหน่วงเหนี่ยวจิตไม่ให้อยากได้ ในสิ่งอันน่าปรารถนา ในการปฏิบัติกัมมัฏฐานทั้งปวง ต้องอาศัยกัมมัฏฐาน ๓ ข้อนี้เป็นหลัก จึงเรียก กัมมัฏฐานนี้ว่า สัพพัตถกกัมมัฏฐาน เป็นกัมมัฏฐานมีอุปการะมากประการ

๒) ปาฏิหาริยกัมมัฏฐาน คือกัมมัฏฐานข้อใดข้อหนึ่งในกัมมัฏฐาน ๔๐ ประการที่เหมาะแก่จริตจริยา ของภิกษุผู้ปฏิบัติ ที่เรียกว่าปาริหาริยกัมมัฏฐาน ที่เธอต้องบริหารเป็นนิจ และเพราะเป็นปทัฏฐานแห่งงานภาวนาเบื้องสูงของเธอด้วย

๒) งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกัมมัฏฐาน

การศึกษาวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้รวบรวมงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่จะทำการศึกษาวิจัย มีรายละเอียดดังนี้

พระครูสุนทรกาญจนาคม (แก้วเกิด สุพฺพจฺโจ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสติสัมปชัญญสูตร” ผลการวิจัยพบว่า แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสติสัมปชัญญสูตร เริ่มต้นด้วยการเจริญสติสัมปชัญญะ บุคคลผู้มีหิริและโอตตัปปะนำไปสู่ความสำรวมอินทรีย์ ทำให้ศีลบริสุทธิ์ จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิเกิดยถาภูตญาณทัสสนะ (ความรู้ตามความเป็นจริง) เกิดนิพพิทา (ความเบื่อหน่าย ในกองสังขาร) ต่อมาจึงเกิดวิราคะ (ความคลายกำหนัด) และวิมุตติญาณทัสสนะ (ความเห็นว่าจิตหลุดพ้นแล้ว)[๔๒]

พระมหาวิชัย ยติชโย (ฤทธิ์วิรุฬห์) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “พัฒนาการการสอบอารมณ์การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน” ผลการวิจัยพบว่า พัฒนาการการสอบอารมณ์การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแต่ครั้งพุทธกาลโดยพระศาสดาและพระสาวกจนปัจจุบัน ถึงในแนวพองยุบ มีการใช้คำว่า “ปริปุจฺฉา” คือ การไต่ถาม การสอบถาม หรือ คำว่า “กาเลน ธมฺมสากจฺฉา” คือ การสนทนาธรรมตามกาล ในความหมายการสอบอารมณ์ และมีองค์ประกอบสิ่งที่เกี่ยวข้อง ๔ ด้าน ได้แก่ ๑) ด้านบุคคล ๒) ด้านหลักธรรม ๓) ด้านหลักการวิธีการ และ ๔) สถานที่ ปัจจุบันมีการส่งอารมณ์ใน

---

[๔๑] วิสุทฺธิ. (บาลี) ๑/๑๒๒-๑๒๓.

[๔๒] พระครูสุนทรกาญจนาคม (แก้วเกิด สุพฺพจฺโจ), “ศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสติสัมปชัญญสูตร”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา,** (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๙).

การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแนวพองยุบ มีแบบประกอบด้วยการนั่ง การเดิน การยืน การนอน อิริยาบถย่อย และปัญหาจากการปฏิบัติ ตามลำดับ ส่วนแบบการสอบอารมณ์การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแนวพองยุบ ประกอบด้วย ๑) ข้อมูลทั่วไปของผู้ปฏิบัติ ๒) การบันทึกการสอบอารมณ์สภาวธรรมตามสติปัฏฐาน ๔ และ ๓) การบันทึกการสอบอารมณ์สภาวธรรม องค์คุณ ๓ อินทรีย์ ๕ และอารมณ์การปฏิบัติ ในขณะผู้ปฏิบัติธรรมส่งอารมณ์พระวิปัสสนาจารย์ควรสอบถามข้อมูลที่ไม่ชัดเจนเพิ่มเติมและตรวจสอบก่อนแล้วจึงทำการบันทึก ในการสอบอารมณ์การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ควรจัดให้มีการจัดหลักสูตรฝึกอบรมเผยแผ่ ประชุม สัมมนา สนทนาแลกเปลี่ยนความรู้และความคิดเห็นเพื่อความเข้าใจและพัฒนาไปในแนวทางเดียวกัน[๔๓]

พระครูภาวนากิจสุนทร, วิ. ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง "ศึกษารูปแบบและกระบวนการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐาน ในจังหวัดนครศรีธรรมราช" ผลการวิจัยพบว่า การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนามีทั้ง ๒ ประเภท คือ สมถกรรมฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน หลักปฏิบัติกัมมัฏฐานที่สมบูรณ์ที่สุดปรากฏอยู่ใน "มหาสติปัฏฐานสูตร" รูปแบบของมหาสติปัฏฐานสูตรเป็นบรรยายโวหารแบบถามเอง-ตอบเอง และมีอุปมาอุปมัยผสมด้วย นับเป็นกระบวนการบรรยายที่สมบูรณ์แบบมีทั้งภาคอุทเทส ภาคนิเทส และภาคอานิสงส์ เป็นการบรรยายกัมมัฏฐานฐานที่เข้าใจง่ายและสามารถปฏิบัติตามได้ถูกต้อง ใจความสำคัญของพระสูตรที่พระพุทธเจ้ากล่าวถึง คือ สติปัฏฐาน ๔ ประการ ประกอบด้วย ๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน การพิจารณาเห็นกายในกาย ๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา ๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การพิจารณาเห็นจิตในจิต ๔) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การพิจารณาธรรมเห็นในธรรมทั้งหลาย และวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานฐานของสำนักปฏิบัติธรรมส่วนใหญ่ ในจังหวัดนครศรีธรรมราช ได้มีการประยุกต์รูปแบบและกระบวนการสอนขึ้นมาใหม่ในบางส่วน เพื่อง่ายและสะดวกแก่การปฏิบัติ แต่หลักสำคัญยังคงอยู่ในกรอบของหลักสติปัฏฐาน ๔ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อประโยชน์สูงสุด คือ ให้ผู้ปฏิบัติหลุดพ้นทุกข์ เข้าถึงมรรคผลและนิพพาน และเพื่อประโยชน์ปัจจุบันคือ ชำระพฤติกรรมต่างๆ ทั้งทางกายกรรม วจีกรรม มโนกรรมให้บริสุทธิ์ ผุดผ่องสะอาด สงบ และสว่างใน ๓ ทาง คือ ศีล สมาธิ และปัญญา จนสามารถควบคุมรักษาจิตได้[๔๔]

พระพยุง เมธาวี (สืบสำราญ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง "การประยุกต์ใช้วิปัสสนากรรมฐานของวัดราษฎร์บำรุงหนองลี ตำบลโพทะเล อำเภอค่ายบางระจัน จังหวัดสิงห์บุรี" ผลการวิจัยพบว่า การประยุกต์ใช้วิปัสสนากรรมฐานของโยคีวัดราษฎร์บำรุงหนองลี ตำบลโพทะเล อำเภอค่ายบางระจัน จังหวัดสิงห์บุรี ทำให้เกิดประโยชน์และคุณค่าในด้านต่าง ๆ ต่อบุคคลมากมาย กล่าวคือ เป็นการพัฒนาตน โดยเริ่มด้วยการพัฒนากาย (ศีล) พัฒนาอารมณ์ (ความรู้สึก) พัฒนาจิต (สมาธิ) และพัฒนาปัญญา ให้มีคุณภาพ สงบ ประกอบด้วยสติปัญญามองเห็นสภาวธรรมตามความเป็นจริง รู้เท่าทัน

---

[๔๓] พระมหาวิชัย ยติชโย (ฤทธิ์วิรุฬห์), "พัฒนาการการสอบอารมณ์การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน", **วารสารมนุษยสังคมปริทัศน์,** ปีที่ ๑๗ ฉบับที่ ๑ มกราคม - มิถุนายน ๒๕๕๘) : ๓๑.

[๔๔] พระครูภาวนากิจสุนทร, วิ., "ศึกษารูปแบบและกระบวนการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐาน ในจังหวัดนครศรีธรรมราช", **วารสารมหาจุฬานาครทรรศน์,** ปีที่ ๖ ฉบับที่ ๓ (พฤษภาคม ๒๕๖๒) : ๑๕๘๖ – ๑๕๘๗.

สภาวธรรมของโลกและชีวิต ไม่ยึดถือ ลดความเห็นแก่ตัวลงหรือหมดไป พร้อมที่จะเสียสละประโยชน์ส่วนตนเพื่อบำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคม สามารถนำไป ประยุกต์ใช้ในการแก้ไขปัญหาในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี[๔๕]

รุ่งทิพย์ เลิศนิทัศน์ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การเปรียบเทียบรูปแบบและวิถีการปฏิบัติภาวนาของพุทธศาสนิกชนในกรุงเทพฯ” ผลการวิจัยพบว่า พุทธศาสนิกชนจากวิถีการปฏิบัติภาวนาทั้ง ๕ สายปฏิบัติ ได้แก่ ๑) พุทธศาสนาตามประเพณี ๒) สายปฏิบัติกรรมฐานแนวสติปัฏฐานสี่ ๓) สายปฏิบัติวิชาธรรมกาย ๔) ขบวนการพุทธใหม่ ๕) สายปฏิบัติธรรมตามหลักอานาปานสติ มีรูปแบบและวิธีการปฏิบัติภาวนาที่แตกต่างกัน พบว่า พุทธศาสนิกชนจากสายปฏิบัติธรรมตามหลักอานาปานสติมีการปฏิบัติภาวนามากที่สุด แตกต่างจากสายปฏิบัติแบบพุทธศาสนาตามประเพณี ที่มีการปฏิบัติภาวนาน้อยที่สุด ส่วนอีก ๓ สายปฏิบัติมีการปฏิบัติที่คล้ายกัน โดยส่วนมากพุทธศาสนิกชนมีการปฏิบัติภาวนาเพียงแค่ไหว้พระ สวดมนต์ และนั่งสมาธิเพียงเท่านั้น และนับว่าเป็นส่วนน้อยมากที่ปฏิบัติ สะท้อนให้เห็นว่าพุทธศาสนิกชนในกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่ไม่ได้เห็นความสำคัญของการปฏิบัติภาวนาเท่ากับการทำทาน หรือรักษาศีล และความแตกต่างระหว่างวิถีการปฏิบัติภาวนาทั้ง ๕ สายปฏิบัติ ทำให้รูปแบบและการปฏิบัติภาวนาของพุทธศาสนิกชนในกรุงเทพมหานครมีความแตกต่างกัน[๔๖]

พุทธชญานันท์ จันทร์โสม, พระครูสุธีคัมภีรญาณ และ ประยูร แสงใส ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “แนวทางการปฏิบัติกรรมฐานเพื่อพัฒนาจริยธรรม ของวัดนาหลวงอภิญญาเทสิตธรรม ตำบลคำด้วง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี” ผลการวิจัยพบว่า แนวทางการปฏิบัติกรรมฐานสำหรับพัฒนาจริยธรรมของสำนักปฏิบัติธรรมวัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม) มีพระราชสิทธาจารย์ (หลวงพ่อทองใบ ปภสฺสโร) เป็นองค์ประธานสงฆ์ มีวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานกำหนดรู้แบบพองหนอ-ยุบหนอตามแนวของเจ้าประคุณสมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) และการปฏิบัติธรรมแบบยืน เดิน นั่ง ซึ่งสอดคล้องกับหลักสติปัฏฐาน ๔ และ วิเคราะห์ผลการปฏิบัติของผู้เข้าอบรมเริ่มจากจริยธรรมขั้นพื้นฐาน เป็นหลักเบญจศีล เบญจธรรม ในการดำเนินใช้ชีวิตอยู่กับสังคมได้อย่างมีความสงบสุขจึงเลื่อนมาสู่จริยธรรมขั้นกลางการเว้นอกุศลกรรมบถ ๑๐ และประพฤติตามกุศลกรรมบถ ๑๐ เป็นจริยธรรมที่มุ่งเน้นขัดเกลาจิตใจ และจริยธรรมขั้นสูง ปฏิบัติตามหลักอริยสัจ ๔ และมรรคมีองค์ ๘ เหมาะสำหรับผู้ประเสริฐไกลจากกิเลส ผลที่ได้คือ ไม่ทำร้ายผู้อื่น แต่ช่วยเหลือเกื้อกูลเขา เห็นใจกันด้วยการไม่รังแก ไม่เบียดเบียนกัน กระทำด้วยความปรารถนาดี มีเมตตา และช่วยเหลือ ไม่เบียดเบียนทรัพย์สิน หรือสิทธิของผู้อื่น แต่แบ่งปันและบริจาค ไม่สำส่อนทางเพศ มีคำพูดที่ไพเราะ พูดแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ รักษาศีล กาย วาจา เพิ่มพูนปัญญาด้วยการฟังแล้วนำมาไตร่ตรองให้ดี มีความเข้าใจใน

---

[๔๕] พระพยุง เมธาวี (สืบสำราญ), “การประยุกต์ใช้วิปัสสนากรรมฐานของวัดราษฎร์บำรุงหนองลี ตำบลโพทะเล อำเภอค่ายบางระจัน จังหวัดสิงห์บุรี”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา,** (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๑).

[๔๖] รุ่งทิพย์ เลิศนิทัศน์, “การเปรียบเทียบรูปแบบ และวิถีการปฏิบัติภาวนาของพุทธศาสนิกชนในกรุงเทพฯ”, **วารสารวิจัยสังคม,** ปีที่ ๔๐ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม – ธันวาคม ๒๕๖๒) : ๑๓๔.

หลักธรรมและนำมาใช้อย่างต่อเนื่อง ทำให้มีจิตใจที่หนักแน่น ไม่หวั่นไหวต่อสิ่งยั่วยุ และมีการคิดมีหลักการในการดำเนินชีวิต[๔๗]

วิโรจน์ อินทนนท์ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง "กัมมัฏฐานล้านนา : รูปแบบ วิธีปฏิบัติและการสืบทอด" ผลการวิจัยพบว่า กัมมัฏฐานในล้านนานั้นได้ยึดถือเอารูปแบบและวิธีปฏิบัติทั้งหมดตามคัมภีร์วิสุทธิมรรค แต่ก็ได้มีการเพิ่มเติมวิธีปฏิบัติบางอย่างเข้าไปจนกลายเป็นลักษณะเฉพาะของกัมมัฏฐานล้านนา ซึ่งประกอบด้วย ๑) การกล่าวคำถวายข้าวตอกดอกไม้ แล้วกล่าวคำขอขมาแก้ว ๕ โกฐาก คือ พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ พระกัมมัฏฐาน ครูบาอาจารย์ ๒) เน้นการท่องบ่นสวดมนต์เป็นหลัก โดยนำบทสวดภาษาบาลีมาแปลเป็นแบบนิสสัย คือการแปลคำต่อคำ ๓) นำเอาลูกประคำมาเป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติ เมื่อภาวนาไปให้นับลูกประคำไปด้วยในแต่ละครั้ง ๔) มีการแยกการปฏิบัติแบบสมถะกับวิปัสสนาออกจากกันอย่างชัดเจน โดยให้ปฏิบัติสมถะก่อน แล้วจึงปฏิบัติวิปัสสนา จนถึงระดับหนึ่งเมื่อจิตตั้งมั่นแล้วก็สามารถปฏิบัติวิปัสสนาได้เลย แต่ทุกครั้งก่อนปฏิบัติวิปัสสนาต้องปฏิบัติสมถะก่อน ๕) ในแต่ละขั้นตอนที่ปฏิบัติจะระบุไว้ว่าจิตได้ถึงสมาธิขั้นไหน เกิดปีติอะไรขึ้นบ้าง แต่ในปัจจุบันนี้ รูปแบบและวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานแบบล้านนาค่อนข้างที่จะหาได้ยาก ด้วยปัจจัยทางด้านการปกครองสงฆ์ การศึกษา การปฏิบัติ ตลอดถึงความไม่เข้มแข็งของคณะสงฆ์ และการที่สำนักปฏิบัติต่าง ๆ ไม่มีหลักสูตรที่รองรับผู้ปฏิบัติ[๔๘]

พระครูกัลยาณปริยัติกิจ (อำนาจ กลฺยาณธโร) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง "ศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พฺรหฺมจกฺโก)" ผลการวิจัยพบว่า พระสุพรหมยานเถร เป็นพระนักปฏิบัติธรรม ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ เคร่งครัดในพระธรรมวินัย มีความมักน้อยสันโดษ มีความเมตตากรุณา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีจริยวัตรสำรวมเรียบร้อยสงบเสงี่ยม ถือธุดงค์เป็นวัตร ได้แก่ ๑) ฉันมื้อเดียวเป็นวัตร ๒) อยู่ป่าเป็นวัตร ๓) บิณฑบาตเป็นวัตร และ ๔) นอนในที่มุงบังเป็นวัตร ในส่วนของผลการวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร พบว่าใช้วิธีการสอนแบบสมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน ด้านสมถกรรมฐานใช้วิธีการเจริญพุทธานุสติ โดยการกำหนดลมหายใจเข้าออก ภาวนาพุท โธ พอง ยุบ และการนับลูกประคำ ด้านวิปัสสนากรรมฐาน กำหนดอภิณหปัจเวกขณะเป็นอารมณ์กรรมฐาน และพิจารณาสังขารรูปนามให้เป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ยึดแนวสติปัฏฐาน ๔ เพ่งรูปนามเฉพาะหน้าเป็นอารมณ์ปัจจุบัน และอิทธิพลการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร พบว่า ด้านการศึกษาของสงฆ์ พระสุพรหมยานเถร เปิดสอนธรรมศึกษา พุทธศาสนาวันอาทิตย์ จัดตั้งสำนักเรียนนักธรรม จัดตั้งสำนักเรียนบาลี จัดตั้งโรงเรียนพระปริยัติธรรมพรหมจักรสังวรกิตติขจรประชาสรรค์ เพื่อส่งเสริมการศึกษาสงเคราะห์ทั้งพระภิกษุ สามเณร และนักเรียน มีลูกศิษย์ที่จบจากสำนักเรียนวัดพระบาทตากผ้า เป็นเจ้าคณะ

---

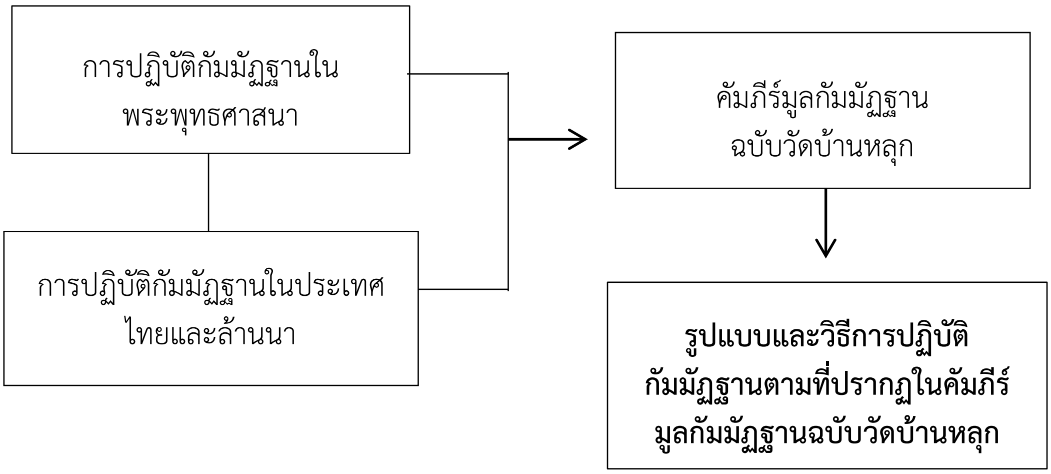
[๔๗] พุทธชญานันท์ จันทร์โสม, พระครูสุธีคัมภีรญาณ และ ประยูร แสงใส, "แนวทางการปฏิบัติกรรมฐานเพื่อพัฒนาจริยธรรม ของวัดนาหลวงอภิญญาเทสิตธรรม ตำบลคำด้วง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี", **วารสารวิชาการธรรมทรรศน์,** ปีที่ ๑๗ ฉบับที่ ๓ (ฉบับพิเศษ) (กันยายน - ธันวาคม ๒๕๖๐): ๒๓๗ – ๒๓๘.

[๔๘] วิโรจน์ อินทนนท์, "กัมมัฏฐานล้านนา : รูปแบบ วิธีปฏิบัติและการสืบทอด", **รายงานวิจัย,** (กรุงเทพมหานคร : สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย, ๒๕๕๙).

พระสังฆาธิการ ช่วยงานคณะสงฆ์หลายรูป ส่วนคฤหัสถ์รับราชการ เป็นคนดีของสังคม ช่วยอุปถัมภ์บำรุงพระพุทธศาสนา[๔๙]

๑.๗ กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยเรื่อง รูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน โดยผู้วิจัยใช้วิธีการศึกษาวิเคราะห์เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พร้อมกับการใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการปฏิบัติกัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา และรูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก ซึ่งสามารถนำเสนอเป็นแผนภาพกรอบแนวคิดได้ดังนี้



ภาพที่ ๑.๑ กรอบแนวคิดการวิจัย

๑.๘ วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง รูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยผู้วิจัยใช้วิธีการศึกษาวิเคราะห์เอกสาร ฉบับปริวรรต ของ ผศ.ดร.วิโรจน์ อินทนนท์ ยศพล เจริญมณี และขนานยี่ จันทร์ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลจากแหล่งข้อมูลปฐมภูมิและทุติยภูมิ ได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา เอกสาร งานวิจัย คัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ฉบับปริวรรต ของ ผศ.ดร.วิโรจน์ อินทนนท์ ยศพล เจริญมณี และขนานยี่ จันทร์

---

[๔๙] พระครูกัลยาณปริยัติกิจ (อำนาจ กลฺยาณธโร), “ศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พฺรหฺมจกฺโก)”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา ,** (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๑).

บทความ และสิ่งพิมพ์อื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดเกี่ยวกับการปฏิบัติกัมมัฏฐาน และนำเสนอผลการศึกษาวิเคราะห์ตามแบบพรรณนาวิเคราะห์ ซึ่งได้กำหนดวิธีดำเนินการวิจัยไว้ตามขั้นตอนดังนี้

๑.๘.๑ รูปแบบการวิจัย

การศึกษาวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยผู้วิจัยใช้วิธีการศึกษาวิเคราะห์เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจากพระไตรปิฎก อรรถกถา เอกสาร ตำรา และคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ฉบับปริวรรต ของ ผศ.ดร.วิโรจน์ อินทนนท์ ยศพล เจริญมณี และขนานยี่ จันทร์

๑.๘.๒ การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ฉบับปริวรรต ของ ผศ.ดร.วิโรจน์ อินทนนท์ ยศพล เจริญมณี และขนานยี่ จันทร์ หนังสือ บทความ งานวิจัย และงานเอกสารสิ่งพิมพ์ต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติกัมมัฏฐาน

๑.๘.๓ การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยทำการจัดกลุ่มข้อมูล (Data Grouping) ตามสาระสำคัญ จากนั้นทำการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (Content Analysis Technique) ตามประเด็นสำคัญของวัตถุประสงค์การวิจัย

๑.๙ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

๑.๙.๑ ทำให้ทราบแนวคิดและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา

๑.๙.๒ ทำให้ทราบรูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน

๑.๙.๓ ผลจากการวิจัยจะนำไปเป็นข้อมูลสารสนเทศ เพื่อการศึกษาและสืบทอดวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนา ต่อไป

บทที่ ๒

รูปแบบและวิธีปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทธศาสนา

กรรมฐาน เป็นคำเรียกโดยรวมในหมวดของการปฏิบัติธรรมประเภทหนึ่งใน พระพุทธศาสนา หมวดกรรมฐาน ประกอบด้วย ตัวกรรมฐาน และโยคาวจร ตัวกรรมฐาน คือ สิ่งที่ถูกเพ่ง ถูกพิจารณา ได้แก่ อารมณ์ต่าง ๆ ส่วนโยคาวจร คือ ผู้เพ่งหรือผู้พิจารณา ได้แก่ สติสัมปชัญญะและความเพียร การฝึกกรรมฐานว่าโดยธรรมาธิษฐานจึงหมายถึงการใช้สติสัมปชัญญะพิจารณาอารมณ์ ที่มากระทบ อย่างระมัดระวังไม่ให้บาปเกิดขึ้น เพียรหมั่นระลึกถึงกุศลและรักษากุศลนั้นอยู่มิให้เสื่อมไป หากกล่าวถึง คำว่า กรรมฐาน เราจะเข้าใจกันว่า กรรมฐาน คือ สมาธิหรือการนั่งหลับตาท่องคำซ้ำๆ ซึ่งเป็นการกระทำบางอย่างที่ต่างไปจากพฤติกรรมการให้ทาน และการรักษาศีล

๒.๑ รูปแบบและวิธีปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทธศาสนา

การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นการเรียนรู้ความจริงของชีวิต เพื่อแก้ปัญหาหรือความพ้นทุกข์ด้วยการสำรวจตัวเราเอง เพราะชีวิตนี้เต็มไปด้วยปัญหา เมื่อใดมนุษย์เข้าไปเรียนรู้ความจริงของชีวิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานก็จะรู้ว่า “ชีวิตนี้มีเพียงรูปกับนาม (กายกับจิต) เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัยในแต่ละขณะ ไม่มีบุคคล ตัวเรา ของเรา ไม่เที่ยงแท้แน่นอน ถูกบีบคั้น ไม่เป็นไปในอำนาจ” เมื่อนั้นก็จะเห็นตัวเราตามความเป็นจริงการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน หรือการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานี้ เป็นการปฏิบัติตามหลักธรรมในมหาสติปัฏฐานสูตร พระสูตรที่กล่าวถึงเอกายนมรรค คือ ทางปฏิบัติทางเดียว เพื่อบรรลุอานิสงส์ ๕ ประการ มีอุทเทศว่า[๑]

“ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางสายเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ ๑ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ ๑ เพื่อดับความทุกข์และโทมนัส ๑ เพื่อบรรลุญายะ คือ อริยมรรค ๑ เพื่อทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน ๑ ทางนี้ คือ สติปัฏฐาน ๔ ประการ สติปัฏฐาน ๔ ประการ อะไรบ้าง คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ๑) พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ ๒) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ ๓) พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ ๔) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้”

---

[๑] ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานนั้น ต้องอาศัยทั้งหลักการปฏิบัติที่ถูกต้อง วิธีการที่ถูกต้อง และตัวอย่างหรือผู้สอนที่ถูกต้องและเชื่อถือได้ เพื่อเป็นการพัฒนากายและจิต อันจะนำไปสู่จุดมุ่งหมายที่เห็นได้ทันตา และ อนาคตกาล พร้อมทั้งก้าวไปถึงจุดมุ่งหมายสูงสุด คือพระนิพพาน[๒]

วิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔

สติปัฏฐาน แปลว่า ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ หรือการปฏิบัติที่มีสติเป็นประธาน อีกนัยหนึ่ง แปลว่า ธรรมอันเป็นอารมณ์ของสติ สาระสำคัญของสติปัฏฐานพระพุทธองค์ทรงตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย ทางสายนี้เป็นทางสายเดียว เป็นทางสายเอกเพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุธรรมที่ถูกต้อง เพื่อทำให้แจ้งนิพพานทางสายนี้คือสติปัฏฐาน ๔ ประการ ๔ ประการเป็นไฉน ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ ๑ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ ๑ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ ๑ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ ๑”[๓]

วิธีการของผู้ปฏิบัติคือการใช้สติกำหนดพิจารณากายให้เห็นกายในกายตามความเป็นจริงของกาย เช่น เป็นเพียงการประชุมกันของเหตุปัจจัยอันมีธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม หรือเป็นของสกปรกปฏิกูลโสโครก เป็นต้น โดยพิจารณาส่วนต่างๆ ของร่างกายเพื่อให้เกิดนิพพิทา อันเป็นที่ระงับดับตัณหาและอุปาทานโดยตรง การใช้สติกำหนดรู้คือการเฝ้าดูรู้กิริยาอาการทางกายที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้า หรือเกิดขึ้นในปัจจุบันอย่างต่อเนื่องของนามรูป ซึ่งเป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน นามรูปเป็นอย่างไร รูป คือธรรมชาติที่ย่อมสลายไปเพราะปัจจัยที่เป็นปฏิปักษ์มีความร้อนและความเย็นเป็นต้น รูปคือสิ่งที่รู้อารมณ์ไม่ได้ แต่หมายถึงสิ่งที่สามารถจับต้องได้ สัมผัสได้ กระทบกันได้ หรือสภาวะสื่อให้รู้ความหมายมี ๒ อย่างคือ (๑) มหาภูตรูป ๔ ได้แก่ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม (๒) อุปทายรูป (รูปที่อาศัยมหาภูตรูป) มี ๒๔ ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย รูป เสียง กลิ่น รส ความเป็นหญิง ความเป็นชาย ภาวะความไม่เที่ยงและสลายไปแห่งรูป เป็นต้น นาม หมายถึงธรรมชาติที่น้อมไปสู่อารมณ์ สิ่งที่ไม่มีรูปร่าง แต่เป็นสิ่งที่รู้สึกนึกคิดได้ เป็นธรรมชาติที่น้อมไปสู่อารมณ์เสมอ คือ เวทนา (ความเสวยอารมณ์) สัญญา (ความจำได้หมายรู้) สังขาร (ความปรุงแต่ง) วิญญาณ (ความรู้แจ้งอารมณ์ต่าง ๆ) เป็นต้น ส่วน นาม คือสติ มีหน้าที่ตามดูระลึกรู้อารมณ์ที่ปรากฏขึ้นในปัจจุบันขณะอย่างต่อเนื่อง ซึ่งใน เบื้องแรกของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ต้องกำหนดรู้ความเป็นจริงที่กายหรือรูปเป็นอารมณ์เจริญ กรรมฐานก่อน เพราะกายมีรูปพรรณสัณฐานให้สัมผัสจับต้องได้และการกำหนดดูรู้อาการทางกายทำได้ง่ายเพราะใช้นามกำหนดรูป ซึ่งต่างจากอารมณ์ความรู้สึกนึกคิดทางใจจะ

---

[๒] พระมหาบุญเลิศ ธมฺมทสฺสี, นางสาวนงเยาว์ หนูไชยะ ณ กาฬสินธุ์ และ นางสาวพรรณรายชูเลิศ, “ศึกษาปรากฏการณ์วิธีการสอน วิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐานสี่ในปัจจุบัน”, **รายงานวิจัย,** (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๓.

[๓] ม.มู. (ไทย) ๑๒/๑๐๖/๙๗.

กำหนดได้ยากเพราะนามกำหนดนาม ดังนั้น กิริยาอาการทางกายจึงง่ายต่อการปฏิบัติและจะชัดมากขึ้นตามลำดับหากไม่ทิ้งการกำหนดและทำติดต่อ ทำต่อเนื่องไปเรื่อย ๆ เพราะคนเราต้องอยู่กับอิริยาบถตลอดเวลา ไม่ว่าจะเป็นอิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน ดื่ม กิน พูดคุย ตลอดถึงการคู้ การเหยียด ก้ม เงย แลซ้ายแลขวา เป็นต้น ซึ่งอิริยาบถหลักเหล่านี้มีปรากฏอยู่ในหมวดมหาสติปัฏฐานสูตร หมวดกายานุปัสสนา คือ เดินก็รู้ตัวว่าเดิน ยืนก็รู้ตัวว่ายืน นั่งก็รู้ตัวว่านั่ง หรือนอนก็รู้ตัวว่านอน โดยความหมายก็คือเมื่อทำอะไรอยู่ ก็ให้มีสติรู้ตัวทั่วพร้อมอยู่ตลอดเวลานั่นเอง[๔]

สติปัฏฐาน ๔

๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย คือการตั้งสติกำหนดพิจารณากาย อาศัยกายเป็นที่ตั้งให้เกิดสติ ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่าเป็นแต่เพียงกาย ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือการอาศัยรูปกายเป็นที่ตั้งให้เกิดสติ ได้แก่ การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย หรือการติดตามดูกายเนือง ๆ ให้เห็นตามความเป็นจริงว่าเป็นที่รวมของอวัยวะน้อยใหญ่ ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา มีลักษณะแตกดับ เป็นอนิจจัง ตั้งอยู่ไม่ได้ ทุกขัง ทนอยู่สภาพเดิมไม่ได้ และอนัตตา ไม่สามารถบังคับบัญชาได้ เป็นอสุภ เป็นของไม่งาม ดังที่พระพุทธองค์ทรงได้แสดงไว้เพื่อให้เหมาะสมแก่อัธยาศัยของเวไนยชนผู้ปฏิบัติธรรมทั่ว ๆ ไป ซึ่งนับเป็นการพิจารณากำหนดรูปกายโดยแยบคาย คำว่า กาย ได้แก่ รูปกาย รูปกายนั้นเมื่อกล่าวโดยนัยแห่งพระสุตตันตนัยหมายถึง ที่รวมอยู่แห่งอาการ ๓๒ มีผมเป็นเบื้องต้น และมีมูตรเป็นที่สุดเมื่อกล่าวโดยนัยแห่งพระอภิธรรม (อภิธรรมนัย) กาย ได้แก่รูป ๒๘ คือมหาภูตรูป ๔ และอุปทายรูป ๒๔ เมื่อกล่าวโดยขันธ์ได้แก่ รูปขันธ์ กายดังที่กล่าวมาแล้วนี้ พระพุทธองค์ตรัสว่าเป็นสิ่งปราศจากจิต เป็นสิ่งที่ไม่ใช่เจตสิก หมายความว่ากายนั้นไม่รู้อารมณ์และไม่สามารถจะรับรู้อารมณ์ใดๆ ได้ การรู้อารมณ์ต่างๆ เป็นหน้าที่ของจิตและเจตสิกเท่านั้น ที่สามารถรับรู้อารมณ์ต่างๆ ได้

กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีวิธีปฏิบัติ ๑๔ อารมณ์ แบ่งออกเป็น ๖ บรรพ (หมวด) คือ

บรรพที่ ๑ อานาปานบรรพ ว่าด้วยการกำหนดรู้ลมหายใจเข้าออก มี ๔ วิธี คือเมื่อหายใจเข้ายาวก็รู้ชัดว่าเราหายใจเข้ายาว เมื่อหายใจออกยาวก็รู้ชัดว่าเราหายใจออกยาว เมื่อหายใจเข้าสั้นก็รู้ชัดว่าเราหายใจเข้าสั้น เมื่อหายใจออกสั้นก็รู้ชัดว่าเราหายใจออกสั้น[๕] คำว่า “อานาปานะ”แปลว่า การหายใจเข้าออก หมายถึง การตั้งสติไว้ที่ฐานลมหายใจเข้าออกที่กำลังกระทบจมูก จัดโดยปรมัตถ์สภาวะ ได้แก่ การกำหนดรู้โผฏฐัพพารมณ์ คือ เย็น ร้อน อ่อน แข็ง สำหรับการหายใจเข้าออกนี้ เย็นกับร้อนย่อมปรากฏเป็นอารมณ์ที่กำหนดได้ง่าย คือเมื่อลมหายใจเข้ามากระทบปลายจมูก เย็นย่อมปรากฏ เมื่อลมหายใจออกมากระทบปลายจมูก ร้อนย่อมปรากฏ กายประสาทส่วนที่ถูกลมหายใจ

---

[๔] พระพยุง เมธาวี (สืบสำราญ), “การประยุกต์ใช้วิปัสสนากรรมฐานของวัดราษฎร์บำรุงหนองลี ตำบลโพทะเล อำเภอค่ายบางระจัน จังหวัดสิงห์บุรี”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา,** (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๐), หน้า ๒๓.

[๕] ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/๒๘๘.

กระทบนั้น เป็นอัชฌัตติกรูป (รูปภายใน) เย็นกับร้อนของลมหายใจนั้นเป็นพหิทธรูป (รูปภายนอก) วิญญาณจิตทางกายที่รู้นั้นเป็นนามจิตสติที่ตามระลึกรู้นั้นเป็นนามเจตสิก

บรรพที่ ๒ อิริยาปถบรรพ ว่าด้วยการกำหนดรู้อิริยาบถใหญ่ พระผู้มีพระภาคทรงตรัสอิริยาบถไว้ในหมวดกายนี้ หมายถึง ให้ตั้งสติกำหนดรู้อาการกิริยาของกาย ๔ อย่างคือ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน นั้นเป็นรูป ลักษณะที่รู้และสติที่ตามระลึกรู้นั้นเป็นนาม ดังพระพุทธพจน์ว่า "ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุในศาสนานี้คือ เมื่อเดินอยู่ก็รู้ชัดว่าเดินอยู่ เมื่อยืนอยู่ก็รู้ชัดว่ายืนอยู่ เมื่อนั่งอยู่ก็รู้ชัดว่านั่งอยู่ หรือเมื่อนอนอยู่ก็รู้ชัดว่านอนอยู่ หรือเธอตั้งกายไว้ด้วยอาการใด ๆ ก็รู้ชัดว่าอาการนั้น ๆ ดังพรรณนามานี้ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกายภายนอกบ้าง ฯลฯ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างนี้ภิกษุชื่อว่าพิจารณาเห็นกายในกายอยู่" อธิบายดังนี้

๑) อิริยาบถเดิน เป็นอิริยาบถหนึ่งในในอิริยาบถ ๔ และเป็นอิริยาบถใหญ่ของมนุษย์ ที่มาของอิริยาบถเดินกรรมฐาน มีพุทธพจน์ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร หมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ว่าด้วยอิริยาบถปัพพะ ดังนี้ "ปุนจปร ภิกฺขเวภิกฺขุคจฺฉนฺโตวา คจฺฉามีติ ปชานาติ นิสินฺโนวา นิสินฺโนมฺหีติ ปชานาติ สยาโนวา สยาโนมฺหีติ ปชานาติ ยถายถา วา ปนสฺส กาโย ปณิหิ โตโหติ ตถาตถานมฺปชานาติ" แปลว่าภิกษุทั้งหลายอีกประการหนึ่งภิกษุเมื่อเดินอยู่ก็รู้ชัดว่าเดินอยู่ เมื่อยืนอยู่ก็รู้ชัดว่าเรายืน เมื่อนั่งอยู่ก็รู้ชัดว่าเรานั่ง หรือเมื่อนอนอยู่ก็รู้ชัดว่าเรานอน ภิกษุนั้น เมื่อกายดำรงอยู่โดยอาการใดๆ ก็รู้ชัดกายที่ดำรงอยู่โดยอาการนั้นๆ

๒) อิริยาบถยืน เป็นการฝึกปฏิบัติสติปัฏฐานในหมวดในหมวดว่า อิริยาบถ ซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า "ฐิโตวา ฐิโตมฺหีติ ปชานาติ" ผู้ปฏิบัติยืนอยู่ ก็มีสติกำหนดรู้ว่ายืนอยู่"วิธีปฏิบัติ ยืนตัวตรง ยืดตัวให้ตรง ศีรษะตรง ไม่โยกตัวไม่โยกศีรษะ ลำคอตรง หน้าตรงไม่เงยหน้าหรือก้มหน้ามากเกินไป ให้เท้าเสมอกันและห่างกันเล็กน้อย ให้น้ำหนักตัวพอดีกับเท้าทั้งสองข้าง ยืนอย่างสำรวมกาย ส่วนบนและส่วนล่างตั้งตรงและนิ่ง มือไขว้กันไว้ด้านหลังหรือด้านหน้าหรือจะกอดอกก็ได้ ทอดสายตาลงต่ำห่างจากเท้าประมาณ ๔ ศอก หรือ ๒ เมตร หลับตาลง เอาสติกำหนดรู้ที่อาการยืน อาการยืนเป็นผลอาการเคลื่อนไหวของจิตตชวาโยธาตุได้บังเกิดขึ้นนั้นต้องมีสติสัมปชัญญะรู้ว่าได้ยืนแล้ว

๓) อิริยาบถนั่ง วิธีการปฏิบัติ นั่งสมาธิตามที่ตนชอบ ตั้งสติกำหนดพร้อมทำความรู้สึกตัวว่าตนกำลังนั่งอยู่คือ รู้สึกตัวในอาการที่นั่งอยู่ ขณะกำหนดรูปนั่งไม่ให้ตามดูรูปพรรณสัณฐาน เช่น ศีรษะ คอหรือขา หรือส่วนใดส่วนหนึ่งของกาย แต่ให้มีสติกำหนดรู้อาการนั่ง ข้อสำคัญต้องกำหนดเป็นปัจจุบัน ในขณะที่นั่ง กำหนดมีอารมณ์อื่นแทรกเข้ามา เช่น ความคิด ความฟุ้งซ่าน ความปวด ความง่วง ความสงสัย เบื่อ เป็นต้น ให้ตั้งสติกำหนดรู้อารมณ์ใหม่ที่แทรกเข้ามา ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์อะไรก็ตามที่ชัดเจนที่สุด ให้กำหนดอารมณ์นั้นจนกว่าจะถึงเวลาที่ผู้ปฏิบัติกำหนดเวลาเอาไว้ในบัลลังก์หนึ่ง ๆ

๔) อิริยาบถนอน การนอนเกิดจากจิตตชวาโยธาตุ คือจิตอยากจะนอน ทำให้วาโยธาตุเกิดพลังงานและรูปกายทั้งหลายเคลื่อนที่ ทำให้ร่างกายล้มเอนลงแล้วเหยียดออกนั้นเรียกว่านอน จิตที่อยากนอนนั้นเป็นนาม เพราะมีอาการน้อมไปสู่การนอนซึ่งเป็นรูป อาการเคลื่อนไหวของร่างกายนั้น

เป็นรูป จิตที่อยากนอนนั้นเป็นเหตุ จิตตชวาโยธิกรูปที่นอนนั้นเป็นผล เมื่อจิตอยากนอน ต้องมีสติสัมปชัญญะ รู้ว่าอยากนอนอาการเคลื่อนไหวของจิตตชวาโยธาตุได้บังเกิดขึ้น ต้องมีสติรู้ว่าได้นอนแล้ว

จะเห็นได้ว่า การเดิน การยืน การนั่ง การนอน เป็นเพียงอาการกิริยาความเคลื่อนไหวเท่านั้น สืบเนื่องมาจากธาตุลมที่มีอยู่ในร่างกาย โดยการบัญชาของจิตหรือนาม หาได้มีตัวตน บุคคล อัตตะ เรา เขา ผลของการกำหนดรู้อิริยาบถเช่นนี้ พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ดังนี้ว่า "ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมตามเห็นกายที่เป็นกายภายในอยู่บ้าง ย่อมตามเห็นกายที่เป็นกายภายนอกอยู่บ้าง ย่อมตามเห็นกายทั้งภายในและภายนอกอยู่บ้าง ย่อมตามเห็นสิ่งที่เกิดขึ้นในกายอยู่บ้าง ย่อมตามเห็นสิ่งที่ดับไปในกายอยู่บ้าง ย่อมตามเห็นสิ่งที่เกิดขึ้น และดับไปในกายอยู่บ้าง ก็หรือว่า เข้าไปตั้งสติไว้ว่ากายนี้มีอยู่เพียงเพื่อรู้ไว้เท่านั้น เพียงเที่อระลึกไว้เฉพาะหน้าเท่านั้น เป็นผู้ไม่มีตัณหาและทิฏฐิอาศัยอยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก (คือ) ด้วย ภิกษุทั้งหลายอย่างนี้แลเรียกชื่อว่า ย่อมตามเห็นกายอยู่เนือง ๆ".[๖]

บรรพที่ ๓ สัมปชัญญะบรรพ ว่าด้วยการกำหนดรู้อิริยาบถย่อย พระผู้มีพระภาคได้ตรัสอิริยาบถไว้ในหมวดกายนี้ หมายถึงให้ตั้งสติกำหนดรู้อาการกิริยาของกาย ๔ อย่างด้วยกันคือ[๗]

(๑) สาตถกสัมปชัญญะ รู้ว่ามีประโยชน์แล้วทำสิ่งที่เป็นประโยชน์

(๒) สัปปายสัมปชัญญะ รู้ว่าควรแล้วจึงทำสิ่งที่ควร

(๓) โครสัมปชัญญะ รู้ว่ากรรมฐานบทใด เหมาะแก่การโคจรบิณฑบาต

(๔) อสัมโมหสัมปชัญญะ รู้รูปนามตามอิริยาบถย่อยในอาการ ๒๒ โดยปราศจากโมหะ ในการกำหนดรู้อิริยาบถย่อยตามอาการที่ประกอบ ๒๒ อย่างที่จะต้องกำหนดรู้นั้น มีดังนี้

๑. การก้าวไปหรือการเดินไปข้างหน้า
๒. การถอยหลังกลับหลัง
๓. การมองไปข้างหน้า
๔. การเหลียวซ้ายแลขวา
๕. การคู้เข้า
๖. การเหยียดออก
๗. การทรงสังฆาฏิ
๘. การถือบาตร
๙.การนุ่งห่มจีวร
๑๐. การกิน
๑๑. การดื่ม
๑๒. การเคี้ยว
๑๓. การลิ้ม

---

[๖] ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๒๕๐.

[๗] ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

๑๔. การถ่ายอุจจาระ
๑๕. การถ่ายปัสสาวะ
๑๖. การเดิน
๑๗. การยืน
๑๘. การนั่ง
๑๙. การ(จะ)หลับ
๒๐. การตื่น
๒๑.การพูด
๒๒.การนิ่ง

บรรพที่ ๔ ปฏิกูลมนสิการ บรรพว่าด้วยการกำหนดรู้กายเป็นของปฏิกูล หมายถึงกายที่เต็มไปด้วยของไม่สะอาดมีประการต่าง ๆ รวม ๓๒ ประการ ได้แก่ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไต หัวใจ ตับ พังผืด ม้าม ปอด ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา เปลวมัน น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูตร[๘]

บรรพที่ ๕ ธาตุมนสิการ บรรพว่าด้วยการกำหนดรู้กายโดยความเป็นธาตุ คำว่า “ธาตุ” แปลว่า ธรรมชาติที่ทรงไว้ซึ่งสภาวะของตน ๆ (คือความเป็นเอง) ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่ชีวะ อัตตะเป็นแต่เพียง สภาวะเท่านั้น ในที่นี้หมายเอาธาตุ ๔ เท่านั้น คือธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ และธาตุลม ผลของการกำหนดรู้ธาตุทั้ง ๔ เช่นนี้ พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ดังนี้ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมตามเห็นกายที่เป็นกายภายในอยู่บ้าง ย่อมตามเห็นกายที่เป็นกายภายนอกอยู่บ้าง ย่อมตามเห็นกายทั้งภายในและภายนอกอยู่บ้าง ย่อมตามเห็นสิ่งที่เกิดขึ้นในกายอยู่บ้าง ย่อมตามเห็นสิ่งที่ดับไปในกายอยู่บ้าง ย่อมตามเห็นสิ่งที่เกิดขึ้นและดับไปในกายอยู่บ้าง ก็หรือว่า เข้าไปตั้งสติไว้ว่ากายนี้มีอยู่ เพียงเพื่อรู้ไว้เท่านั้นเพียงเพื่อระลึกไว้เฉพาะหน้าเท่านั้น เป็นผู้ไม่มีตัณหาและทิฏฐิอาศัยอยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก (คือ) ด้วยภิกษุทั้งหลายอย่างนี้แลเรียกชื่อว่าย่อมตามเห็นกายอยู่เนือง ๆ”[๙]

บรรพที่ ๖ นวสีวถิกา บรรพว่าด้วยการกำหนดรู้ซากศพในป่าช้า ๙ อย่าง นวสีวถิกา หมายถึงให้พิจารณาร่างกายของตนเปรียบเหมือนซากศพโดยใช้วิธี ๙ อย่าง ดังพระพุทธพจน์ว่า

“ภิกษุทั้งหลายอีก ประการหนึ่ง ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า ซึ่งตายมาแล้ว ๑ วัน ตายแล้ว ๒ วัน หรือตายแล้ว ๓ วัน เป็นศพขึ้นอืด ศพเขียวคล้ำ ศพมีน้ำเหลืองเยิ้ม แม้ฉันใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบให้เห็นว่า ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงจากความเป็นอย่างนั้นไปได้ ฉันนั้น ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า ถูกกาจิกกิน นกตะกรุมจิกกิน แร้งทึ้งกิน สุนัขกัดกิน สุนัขจิ้งจอกกัดกิน หรือสัตว์เล็ก ๆ หลายชนิดกัดกินอยู่ แม้ฉันใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบให้เห็นว่า ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงจากความ

---

[๘] ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๗/๓๐๖.

[๙] ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๘/๓๐๘.

เป็นอย่างนั้นไปได้ ฉันนั้น ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกยังมีเนื้อและเลือด มีเอ็นรึงรัดอยู่ แม้ฉันใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบให้เห็นว่าถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงจากความเป็นอย่างนั้นไปได้ ฉันนั้น ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกไม่มีเนื้อ แต่ยังมีเลือดเปื้อนเปรอะ มีเอ็นรึงรัดอยู่ แม้ฉันใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบให้เห็นว่า ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงจากความเป็นอย่างนั้นไปได้ฉันนั้น ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูก ไม่มีเลือดและเนื้อ แต่ยังมีเอ็นรึงรัดอยู่ แม้ฉันใดภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบให้เห็นว่า ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงจากความเป็นอย่างนั้นไปได้ ฉันนั้น ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกไม่มีเอ็นรึงรัดแล้ว กระจุยกระจายไปในทางทิศใหญ่ ทิศเฉียง คือกระดูกมืออยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกเท้าอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกแข้งอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกขาอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกสะเอวอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกหลังอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกซี่โครงอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกหน้าอกอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกแขนอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกไหล่อยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกคออยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกคางอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกฟันอยู่ทางทิศหนึ่ง กะโหลกศีรษะอยู่ทางทิศหนึ่ง แม้ฉันใดภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบให้เห็นว่า ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงจากความเป็นอย่างนั้นไปได้ ฉันนั้น ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า ซึ่งเป็นท่อนกระดูกสีขาว เหมือนสีสังข์ แม้ฉันใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบให้เห็นว่า ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงจากความเป็นอย่างนั้นไปได้ ฉันนั้น ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า ซึ่งเป็นท่อนกระดูกกองอยู่ด้วยกันเกินกว่า ๑ ปี แม้ฉันใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบให้เห็นว่า ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงจากความเป็นอย่างนั้นไปได้ ฉันนั้น ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า ซึ่งเป็นกระดูกผุป่นเป็นชิ้นเล็กชิ้นน้อย แม้ฉันใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบให้เห็นว่า ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงจากความเป็นอย่างนั้นไปได้ ฉันนั้น”[๑๐]

๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนา หมายถึง การเสวยอารมณ์หรือสภาวะเสวยอารมณ์[๑๑] ซึ่งมีทั้งการเสวยอารมณ์ที่เป็นสุข การเสวยอารมณ์ที่เป็นทุกข์ และการเสวยอารมณ์ที่ไม่เป็นทั้งสุขและทุกข์ คือสภาวะที่เป็นกลาง ๆ คือ มีสติอยู่พร้อมด้วยความรู้ชัดเวทนา ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงว่าเป็นแต่เพียงเวทนา ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา พึงพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่อันเป็นสุขก็ดี ทุกข์ก็ดี เฉยๆ ก็ดี ทั้งที่เป็นสามิสและเป็นนิรามิส ที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้นๆ ดังพุทธพจน์ความตอนหนึ่งว่า

“มีความเพียร มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ หมายถึงการมีสติตั้งมั่นอยู่ในการพิจารณาเนืองๆ ซึ่งเวทนาคือความรู้สึกเป็นสุข เป็นทุกข์ หรือเฉยๆ เมื่อคราวได้เห็นรูป ได้ยินเสียง ได้ดมกลิ่น ได้ลิ้มรส ได้ถูกต้องสิ่งสัมผัสด้วยกาย และได้นึกถึงสิ่งต่าง ๆ ที่เคยสัมผัสมาแล้วทางประสาทสัมผัสทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ โดยพิจารณาเห็นความเป็นจริงว่าเป็นแต่เพียงความรู้สึก ไม่ใช่

---

[๑๐] ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๙/๓๐๘-๓๑๒.

[๑๑] ม.มู. (ไทย) ๑๒/๔๕๐/๔๙๐.

สิ่งที่เที่ยงแท้ยั่งยืน ไม่ใช่ตัวตน คือพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย ที่พระพุทธองค์ทรงจำแนกไว้ ๙ ประการคือ”[๑๒]

๑) เมื่อเสวยสุขเวทนา ก็รู้ชัดว่า เราเสวยสุขเวทนา
๒) เมื่อเสวยทุกขเวทนา ก็รู้ชัดว่า เราเสวยทุกขเวทนา
๓) เมื่อเสวยอทุกขมสุขเวทนา ก็รู้ชัดว่า เราเสวยอทุกขมสุขเวทนา
๔) เมื่อเสวยสุขเวทนาที่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า เราเสวยสุขเวทนาที่มีอามิส
๕) เมื่อเสวยสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า เราเสวยสุขเวทนาไม่มีอามิส
๖) เมื่อเสวยทุกขเวทนาที่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า เราเสวยทุกขเวทนาที่มีอามิส
๗) เมื่อเสวยทุกขเวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า เราเสวยทุกขเวทนาที่ไม่มีอามิส
๘) เมื่อเสวยอทุกขมสุขเวทนาที่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า เราเสวยอทุกขมสุขเวทนาที่มีอามิส
๙) เมื่อเสวยอทุกขมสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า เราเสวยอทุกขมสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส

ในเวทนา ๙ ประการนี้ทรงสอนให้ภิกษุพิจารณาเวทนาเป็น ๓ ระดับคือ (๑) ให้พิจารณาเวทนาภายใน เวทนาภายนอก เวทนาทั้งภายในและภายนอก (๒) พิจารณาธรรมเป็นเหตุเกิด และธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลาย (๓) ให้เข้าไปตั้งสติไว้เฉพาะหน้าว่า “เวทนาทั้งหลายมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยให้เกิด (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรๆ ในโลก แล้วตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพึงพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่อย่างนี้แล”[๑๓]

๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือการตั้งสติพิจารณาจิต ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงว่าเป็นแต่เพียงจิต ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา คือมีสติอยู่พร้อมด้วยความรู้ชัดจิตของตนที่มีราคะ ไม่มีราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ เศร้าหมองหรือผ่องแผ้ว ฟุ้งซ่านหรือเป็นสมาธิ ฯลฯ ตามที่เป็นอยู่ขณะนั้นๆ เนื่องจากจิตมีธรรมชาติที่ดิ้นรนกวัดแกว่ง แส่หาอารมณ์ที่ชอบ หลีกหนีอารมณ์ที่ไม่ชอบ ไม่หยุดนิ่ง ซัดส่ายอยู่ตลอดเวลา มนุษย์จึงต้องตกอยู่ในอำนาจของอิฏฐารมณ์และอนิฏฐารมณ์ เมื่อตกอยู่ในอำนาจของกิเลสอันเป็นอารมณ์ฝ่ายต่ำ ปัญญารู้แจ้งย่อมไม่เกิด ไม่เจริญ ขั้นตอนการปฏิบัติจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ตามที่ปรากฏในพระไตรปิฎก ดังนี้

“ตามอุทเทสที่ว่า พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสติสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงจำแนกไว้ ๑๖ ขั้น ดังนี้ภิกษุทั้งหลายการกำหนดพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีอย่างไร คือภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ จิตมีราคะ ก็รู้ชัดว่า จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะ ก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากราคะ จิตมีโทสะ ก็รู้ชัดว่า จิตมีโทสะ จิตปราศจากโทสะ ก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากโทสะ จิตมีโมหะ ก็รู้ชัดว่า จิตมีโมหะ จิตปราศจากโมหะ ก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากโมหะ จิตหดหู่ ก็รู้ชัดว่า จิตหดหู่ จิตฟุ้งซ่าน ก็รู้ชัดว่า จิตฟุ้งซ่าน จิตเป็นมหัคคตะ ก็รู้ชัด จิตเป็นมหัคคตะ จิตไม่เป็นมหัคคตะ ก็รู้ชัด จิตไม่เป็นมหัคคตะ จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ชัดว่า จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า จิตไม่มีจิต

[๑๒] อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๔-๖๑/๒๒-๔๒.

[๑๓] ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓-๓๑๔.

อื่นยิ่งกว่า ก็รู้ชัดว่า จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า จิตเป็นสมาธิ ก็รู้ชัดว่า จิตเป็นสมาธิ จิตไม่เป็นสมาธิ ก็รู้ชัดว่า จิตไม่เป็นสมาธิ จิตหลุดพ้นแล้ว ก็รู้ชัดว่า จิตหลุดพ้นแล้ว จิตไม่หลุดพ้น ก็รู้ชัดว่า จิตไม่หลุดพ้น” [๑๔]

๔) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน แยกตามรูปศัพท์ได้ดังนี้ คือ ธรรม+อนุปัสสนา+สติปัฏฐาน ธรรม คือสภาวธรรมทั้งหลาย อนุปัสสนา คือการพิจารณาการตามเห็นด้วยปัญญา ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน แปลว่า ปัญญาตามพิจารณาเห็นธรรม หมายความว่าปัญญาที่ตามพิจารณาธรรมภายในตามพิจารณาธรรมภายนอก หรือพิจารณาทั้งธรรมภายในทั้งธรรมภายนอก ซึ่งเป็นอารมณ์วิปัสสนากรรมฐาน ได้แก่ พิจารณากาย (กายานุปัสสนา) พิจารณาเวทนา (เวทนานุปัสสนา) พิจารณาจิตตานุปัสสนา (สภาวะธรรมชาติอารมณ์ที่เกิดขึ้นในจิต) และธัมมานุปัสสนา พิจารณาสภาวะที่เกิดขึ้นทั้ง ๓ ข้อแรก และเป็นตัววินิจฉัยการปฏิบัติใน ๓ ข้อแรกให้เห็นเป็นเพียงสภาวธรรมตามหลักไตรลักษณ์ ในที่นี้ผู้ปฏิบัติธรรมใช้สติสัมปชัญญะกำหนดธรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น นิวรณ์ ๕ ขันธ์ ๕ เป็นต้น จนเห็นสภาวธรรมคือรูปนามนั้นเป็นของไม่เที่ยง ทนอยู่ไม่ได้ บังคับบัญชาไม่ได้ จนเกิดความเบื่อหน่าย คลายกำหนัด ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานคือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรมการมีสติกำกับรู้เท่าทันสภาวธรรมทั้งหลาย[๑๕] วิธีปฏิบัติธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีดังนี้

๑) นิวรณบรรพ พระพุทธองค์ตรัสว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลายภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่อย่างไรเล่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นธรรมในธรรมคือนิวรณ์ ๕ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมคือนิวรณ์ ๕ อย่างไรเล่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้เมื่อกามฉันท์มีอยู่ ณ ภายในจิตย่อมรู้ชัดว่ากามฉันท์มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา หรือเมื่อกามฉันท์ไม่มีอยู่ ณ ภายในจิตย่อมรู้ชัดว่ากามฉันท์ไม่มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา อนึ่ง กามฉันท์ที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย กามฉันท์ที่เกิดขึ้นแล้ว จะละเสียได้ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย อีกอย่างหนึ่งเมื่อพยาบาทมีอยู่ ณ ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่าพยาบาทมีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา หรือเมื่อพยาบาทไม่มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา ย่อมรู้ชัดว่าพยาบาทไม่มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา อนึ่ง พยาบาทที่ยังไม่เกิดขึ้นจะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วยพยาบาทที่เกิดขึ้นแล้ว จะละเสียได้ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย อีกอย่างหนึ่ง เมื่อถีนมิทธะมีอยู่ ณ ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่าถีนมิทธะมีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา หรือเมื่อถีนมิทธะไม่มีอยู่ ณ ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่าถีนมิทธะไม่มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา อนึ่ง ถีนมิทธะที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วยถีนมิทธะที่เกิดขึ้นแล้ว จะละได้ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย อีกอย่างหนึ่ง เมื่ออุทธัจจกุกกุจจะมีอยู่ ณ ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่าอุทธัจจกุกกุจจะมีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา หรือเมื่ออุทธัจจกุกกุจจะไม่มีอยู่ ณ ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่าอุทธัจจกุกกุจจะไม่มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา อนึ่ง อุทธัจจกุกกุจจะที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วยอุทธัจจกุกกุจจะที่เกิดขึ้นแล้ว จะละเสียได้ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย อีกอย่างหนึ่ง เมื่อวิจิกิจฉามีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา ย่อมรู้ชัดว่าวิจิกิจฉามีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา หรือเมื่อวิจิกิจฉาไม่มีอยู่ ณ ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่าวิจิกิจฉาไม่มีอยู่

---

[๑๔] ม.มู. (ไทย) ๑๒/๑๑๔/๑๑๑.

[๑๕] พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์,** (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๒๔๙.

ณ ภายในจิตของเรา อนึ่ง วิจิกิจฉาที่ยังไม่เกิดขึ้น จะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย วิจิกิจฉาที่เกิดขึ้นแล้ว จะละได้ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย วิจิกิจฉาที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย[๑๖]

๒) ขันธบรรพ พระพุทธองค์ตรัสว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อีกข้อหนึ่ง ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมคือ อุปาทานขันธ์ ๕ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมคืออุปาทานขันธ์ ๕ อย่างไรเล่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นดังนี้ว่า อย่างนี้รูป อย่างนี้ความเกิดแห่งรูป อย่างนี้ความดับแห่งรูป อย่างนี้เวทนา อย่างนี้ความเกิดแห่งเวทนา อย่างนี้ความดับแห่งเวทนา อย่างนี้สัญญา อย่างนี้ความเกิดแห่งสัญญา อย่างนี้ความดับแห่งสัญญา อย่างนี้สังขาร อย่างนี้ความเกิดแห่งสังขาร อย่างนี้ความดับแห่งสังขาร อย่างนี้วิญญาณ อย่างนี้ความเกิดแห่งวิญญาณ อย่างนี้ความดับแห่งวิญญาณ[๑๗]

๓) อายตนบรรพ พระพุทธองค์ตรัสว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อีกข้อหนึ่ง ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมคือ อายตนะภายในและภายนอก ๖ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมคืออายตนะภายในและภายนอกอย่างไรเล่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมรู้จักนัยน์ตา รู้จักรูป และรู้จักนัยน์ตาและรูปทั้ง ๒ นั้น อันเป็นที่ อาศัยบังเกิดของสังโยชน์ อนึ่ง สังโยชน์ที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้นด้วยประการใดย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย สังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้วจะละได้ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย สังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย ภิกษุย่อมรู้จักหู รู้จักเสียง... ภิกษุย่อมรู้จักจมูก รู้จักกลิ่น... ภิกษุย่อมรู้จักลิ้น รู้จักรส... ภิกษุย่อมรู้จักกาย รู้จักสิ่งที่จะพึงถูกต้องด้วยกาย... ภิกษุย่อมรู้จักใจ รู้จักธรรมารมณ์ และรู้จักใจรู้จักธรรมารมณ์ทั้ง ๒ นั้น อันเป็นที่อาศัยบังเกิดของสังโยชน์ อนึ่ง สังโยชน์ที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย สังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้วจะละเสียได้ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย สังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย[๑๘]

๔) โพชฌงคบรรพ พระพุทธองค์ตรัสว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อีกข้อหนึ่ง ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมคือ โพชฌงค์ ๗ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมคือโพชฌงค์ ๗ อย่างไรเล่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้เมื่อสติสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่าสติสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา หรือเมื่อสติสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ ณ ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่าสติสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา อนึ่ง สติสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วยสติสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว จะเจริญบริบูรณ์ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย อีกอย่างหนึ่ง เมื่อธัมมวิจยสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิต...ฯลฯ อีกอย่างหนึ่ง เมื่อวิริยะสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิต...ฯลฯ อีกอย่างหนึ่ง เมื่อปีติสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิต...ฯลฯ อีกอย่างหนึ่ง เมื่อปัสสัทธิสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิต... ฯลฯ อีกอย่างหนึ่ง เมื่อสมาธิสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิต...ฯลฯ อีกอย่างหนึ่ง เมื่ออุเบกขาสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่าอุเบกขาสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา

---

[๑๖] ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๒๙๗-๒๙๘.

[๑๗] ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๓/๒๙๘-๒๙๙.

[๑๘] ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๒๙๙-๓๐๐.

หรือเมื่ออุเบกขาสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา ย่อมรู้ชัดว่าอุเบกขาสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ ณ ภายในจิต ของเรา อนึ่ง อุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วยอุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว จะเจริญบริบูรณ์ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย[๑๙]

๕) สัจจบรรพ พระพุทธองค์ตรัสว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อีกข้อหนึ่ง ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมคือ อริยสัจ ๔ อยู่ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมคืออริยสัจ ๔ อยู่อย่างไรเล่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้ย่อมรู้ชัดตามเป็นจริงว่า นี้ทุกข์ นี้ทุกขสมุทัย นี้ทุกขนิโรธ นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา[๒๐]

สรุปได้ว่า กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นการพิจารณาสภาวธรรมที่เป็นส่วนรูปกาย คือที่ประชุมแห่งรูปนาม การพินิจพิจารณาที่ประกอบด้วยความเพียรสัมปชัญญะและสติ เป็นวิธีที่ก่อให้เกิดปัญญา เห็นชีวิตตามความเป็นจริง กล่าวคือเป็นไปเองตามเหตุปัจจัย ส่วนการรู้เท่าทันเวทนาต่าง ๆ เรียกว่า เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จะเห็นได้ว่า เวทนาเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นกับกายและใจตลอดเวลา ทั้งที่เป็นสุขเวทนา เป็นทุกขเวทนาหรือ อุเบกขาเวทนา สุขเวทนามีอามิส สุขเวทนาไม่มีอามิส ทุกขเวทนามีอามิส ทุกขเวทนาไม่มีอามิส และ อทุกขมสุขเวทนามีอามิสและไม่มีอามิส การที่ผู้ปฏิบัติสามารถรู้เท่าทันเวทนาดังกล่าวจะทำให้เกิดสมาธิ จิตไม่ฟุ้งซ่านเพื่อประโยชน์ในการเจริญวิปัสสนากรรมฐานให้รุดหน้าต่อไป จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นการพัฒนาสติขึ้นมาอีกระดับหนึ่งในการกำหนดจิตเพื่อพัฒนาตน ฝึกฝนอบรมตน ยึดตนเป็นที่พึ่ง ไม่หวังพึ่งคนอื่น และธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นการปฏิบัติวิปัสสนาขั้นที่ ๔ และเป็นตัววินิจฉัยการปฏิบัติใน ๓ ข้อแรก เป็นหมวดที่สำคัญที่สุด คือการใช้สติปัญญาพิจารณาธรรม รู้เท่าทันสภาวธรรมทั้งหลาย คือ นิวรณ์ ๕ อุปาทานขันธ์ ๕ อายตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ และอริยสัจ ๔ โดยการพิจารณาธรรมทั้งภายในภายนอก พิจารณาธรรมเห็นความเกิดขึ้นและเห็นความเสื่อมในธรรมทั้งหลายตามความเป็นจริงของหลักไตรลักษณ์

จุดมุ่งหมายของกัมมัฏฐาน

จุดมุ่งหมายของการปฏิบัติกัมมัฏฐานก็เพื่อให้จิตได้รับความสงบและความสุข หากพิจารณาจากความหมายของกัมมัฏฐานทั้ง ๒ แล้วจะเห็นว่า สมถกัมมัฏฐาน มีจุดมุ่งหมายสำคัญตรงที่ต้องการปราบนิวรณ์ ๕ ให้หมดไปด้วยอำนาจของสมาธิขั้นสมถกัมมัฏฐาน ในเมื่อนิวรณ์ ๕ สงบระงับไป ผู้ปฏิบัติสงบได้ ตั้งใจประพฤติปฏิบัติต่อไปด้วยความปลอดโปร่ง ด้วยความเบาใจ และด้วยความสะดวก โดยปราศจากกิเลส ๕ ตัวนี้รบกวน กิเลส ๕ ตัวนี้เราจะกำจัดได้ด้วยอำนาจของสมาธิขั้นสมถะ

จุดมุ่งหมายของวิปัสสนากัมมัฏฐานอีกประการหนึ่งคือ เพื่อฝึกฝนอบรมปัญญาให้เกิดความเห็นแจ้ง รู้ชัดสิ่งทั้งหลาย ตรงต่อสภาวะของมัน คือให้เข้าใจตามความเป็นจริง หรือตามที่สิ่งเหล่านั้นมันเป็นของมันเอง (ไม่ใช่เห็นไปตามที่เราวาดภาพให้มันเป็นด้วยความชอบความชังความอยากได้ หรือความขัดใจของเรา) รู้แจ้งชัดเข้าใจจริง จนถอนความหลงผิด รู้ผิดและยึดติดในสิ่งทั้งหลายได้ ถึงขั้นเปลี่ยนท่าทีต่อโลกและชีวิตใหม่ ทั้งท่าทีแห่งการมอง การรับรู้ การวางจิตใจและ

---

[๑๙] ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๕/๓๐๐-๓๐๑.

[๒๐] ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๖/๓๐๒

ความรู้สึกทั้งหลาย ความรู้ความเข้าใจถูกต้องที่เกิดเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ในระหว่างการปฏิบัตินั้น เรียกว่า ญาณ มีหลายระดับ ญาณสำคัญในขั้นสุดท้ายเรียกว่า วิชชา เป็นภาวะตรงข้ามที่กำจัดอวิชชา คือความหลงผิดไม่รู้แจ้ง ไม่รู้จริงให้หมดไป ภาวะจิตที่มีญาณหรือวิชชานั้น เป็นภาวะที่สุขสงบ ผ่องใส และเป็นอิสระ เพราะลอยตัวพ้นจากอำนาจครอบงำของกิเลส เช่น ความชอบ ความชัง ความติดใจ และความขัดใจ เป็นต้น ไม่ถูกบังคับหรือชักจูงโดยกิเลสเหล่านั้น ให้มองเห็นหรือรับรู้สิ่งต่างๆ บิดเบือนจนพาความคิดและการกระทำที่ติดตามมาให้หันเหเฉไป และไม่ต้องเจ็บปวดหรือเร่าร้อน เพราะถูกบีบคั้นหรือต่อสู้กับกิเลสเหล่านั้น ญาณและวิชชา จึงเป็นจุดมุ่งของวิปัสสนา เพราะนำไปสู่วิมุตติ คือความหลุดพ้น เป็นอิสระที่แท้จริงซึ่งยั่งยืนถาวร ท่านเรียกว่า สมุจเฉทนิโรธ หรือสมุจเฉทวิมุตติ แปลว่า ดับกิเลส หรือหลุดพ้นโดย เด็ดขาด จุดมุ่งหมายของกัมมัฏฐานทั้ง ๒ จึงมีความสัมพันธ์กันในประเด็นที่ว่า หากเจริญสมถกัมมัฏฐาน จนจิตสงบเป็นสมาธิ เกิดองค์ฌาน แล้วเอาจิตที่เป็นสมาธิ เป็นบาทฐานเพื่อเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน สำเร็จเป็นพระอริยบุคคลที่มีคุณวิเศษคือวิชชา ๓ ปฏิสัมภิทา ๔ และอภิญญา ๖ หรือหากไม่เจริญสมถกัมมัฏฐาน เจริญวิปัสสนาอย่างเดียว สำเร็จเป็นพระอริยบุคคล แม้จะไม่มีคุณวิเศษอย่างใด มีเพียงทำลายกิเลสเท่านั้น แต่ก็ยังประเสริฐกว่าผู้ที่เจริญสมถกัมมัฏฐานอย่างเดียว แล้วได้อภิญญาต่าง ๆ เพราะอภิญญาต่าง ๆ ที่เป็นผลมาจากสมถกัมมัฏฐาน ยังเป็นเพียงแค่ระดับปุถุชน ยังมีวันเสื่อมได้[๒๑]

การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานมีวัตถุประสงค์หลักก็คือ เพื่อรู้แจ้ง เพื่อละสิ่งที่เป็นเหตุแห่งทุกข์นั่นคือกิเลสตัณหาทั้งหลาย การรู้แจ้งทางปัญญาจะทำให้เข้าใจความเป็นจริงของชีวิตอย่างถูกต้อง เห็นว่ารูปนามเป็นสภาพที่ไม่เที่ยง มีสภาพเป็นทุกข์ มีสภาพเป็นอนัตตา ไม่มีใครสามารถบังคับบัญชาหรือควบคุมได้ การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นวิชาที่พระพุทธเจ้าค้นพบ ไม่ลึกลับ ไม่ใช่ของยาก และไม่ใช่ของง่าย เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ทุกเพศทุกวัย ไม่จำกัดด้วยกาล สถานที่ และผู้พึงปฏิบัติพึงรู้ได้ด้วยตนเองในชาตินี้ ดังพุทธพจน์ว่า “อานนท์ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกาใดก็ตามที่ปฏิบัติธรรมตามสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ยิ่งปฏิบัติตาม ธรรมอยู่ ผู้นั้นเชื่อได้ว่าสักการะ เคารพ นับถือ บูชา (เรา)ตถาคตด้วยการบูชาสูงสุด อานนท์ เพราะฉะนั้นเธอพึงกำหนดใส่ใจว่าเราจะปฏิบัติตามสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติชอบยิ่ง ปฏิบัติธรรมอยู่” วิปัสสนากัมมัฏฐานถือว่าเป็นเอกลักษณ์ทางพระพุทธศาสนาที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบ และนำมาเผยแผ่สั่งสอนพุทธบริษัท โดยมีปรากฏในคัมภีร์มหาสติปัฏฐานสูตร ซึ่งมีหลักปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานและหลักวิปัสสนากัมมัฏฐาน ในตัวพระสูตรนี้จะเน้นความสำคัญและความจำเป็นของสติที่จะนำไปใช้งาน คือ การกำจัดกิเลสและการดูแลสติใน ๔ แห่ง คือ กายานุปัสสนาสติ เวทนานุปัสสนาสติ จิตตานุปัสสนาสติ และธัมมานุปัสสนาสติ ทั้งหลายเหล่านี้ถือเป็นธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติในการระลึกรู้และพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง[๒๒]

---

[๒๑] เสฐียร ทั่งทองมะดัน, “สมถกัมมัฏฐานในฐานะเป็นบาทฐานของวิปัสสนากัมมัฏฐาน”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา,** (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า ๒๘ – ๒๙.

[๒๒] พระครูภาวนากิจสุนทร วิ., “ศึกษารูปแบบและกระบวนการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐาน ในจังหวัดนครศรีธรรมราช”, **วารสารมหาจุฬานาครทรรศน์**, ปีที่ ๖ ฉบับที่ ๓ (พฤษภาคม ๒๕๖๒) : ๑๕๙๐.

๒.๒ รูปแบบและวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานในประเทศไทยและล้านนา

๒.๒.๑ กัมมัฏฐานในประเทศไทย

ความเป็นมาของการปฏิบัติกัมมัฏฐาน หรือภาวนา อย่างที่ได้ปฏิบัติสืบต่อกันมาในประเพณีการปฏิบัติธรรมของพระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาท หรือที่ใช้ปฏิบัติกันอยู่ในประเทศไทยนั้น อาจกล่าวได้ว่าได้มีมาแล้วตั้งแต่พระพุทธศาสนาเข้ามาสู่ประเทศไทย ดังจะเห็นได้จากเมื่อเสร็จจากการทำสังคายนาครั้งที่ ๓ แล้ว พระเจ้าอโศกมหาราชได้อาราธนาพระสงฆ์ไปเผยแผ่พระพุทธศาสนาในประเทศต่างๆ รวม ๙ สาย และพระสมณทูตคณะหนึ่งในจำนวน ๙ สายนั้น คือ พระโสณเถระและพระอุตตรเถระ พร้อมด้วยคณะจำนวน ๕ รูป ไปเผยแผ่พระพุทธศาสนาในดินแดนสุวรรณภูมิ ได้แก่ประเทศแถบลุ่มแม่น้ำในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ในปัจจุบัน เชื่อกันว่า พระพุทธศาสนาเข้ามาสู่ประเทศไทยครั้งแรก ประมาณ พ .ศ. ๕๔๔–๗๓๔ หรือประมาณคริสศตวรรษที่ ๑ หรือ ๒ โดยได้แสดงธรรม คือสอนสมถะและวิปัสสนาแก่ประชาชนชาวสุวรรณภูมิ ผลที่ได้รับจากการแสดงธรรมในครั้งนั้น ทำให้ประชาชนชาวสุวรรณภูมิมีความเข้าใจพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า เป็นผู้มีจิตศรัทธาเลื่อมใส ตั้งมั่นอยู่ในศีลและไตรสรณคมณ์เป็นจำนวนมาก และในสมัยลพบุรี (ประมาณ พ.ศ. ๑๕๐๐–๑๖๐๐) ดังมีข้อความตอนหนึ่งว่า

“.....พระเจ้าสุริยวรมัน ที่ปกครองเมืองลพบุรี ได้ประกาศพระราชนิยมให้ราษฎรเคารพต่อสถานที่บำเพ็ญสมณธรรม เช่น ห้ามไมให้ไปรบกวนผู้ปฏิบัติธรรม เป็นต้น ฉะนั้น ข้อนี้จึงพอสันนิษฐานได้ว่า การปฏิบัติกัมมัฏฐานทั้งสมถะและวิปัสสนา ได้เจริญรุ่งเรืองอยู่แล้วในสมัยนั้น นอกจากนี้ ตำราบางเล่มได้กล่าวว่า การปฏิบัติกัมมัฏฐานในประเทศไทยนั้นได้มีมาแล้วตั้งแต่สมัยกรุงสุโขทัย สมัยกรุงศรีอยุธยา และจนถึงสมัยกรุงรัตนโกสินทร์ สำหรับหนังสือว่าด้วยการปฏิบัติกัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาทนั้น ในประวัติศาสตร์พุทธศาสนามีทั้งแบบพระเจ้าอโศกมหาราชและแบบลังกาวงศ์ พุทธศาสนิกชนชาวไทยยังยึดมั่นตามหลักและวิธีการปฏิบัติในพระไตรปิฎกอย่างต่อเนื่องและมั่นคง ภายใต้การปกครองของคณะสงฆ์ไทยในสมัยสุโขทัย โดยแบ่งการศึกษาของพระสงฆ์ออกเป็น ๒ ฝ่าย คือ ๑) ฝ่ายคันถธุระ ได้แก่ พระสงฆ์ที่ศึกษาเล่าเรียนพระปริยัติธรรม บริหารกิจการคณะสงฆ์ในสังฆมณฑลตามลำดับชั้น มักจะอาศัยอยู่ในวัดใกล้บ้านหรือในเมือง เรียกชื่อว่า พระสงฆ์คามวาสี หรือ พระบ้าน ๒) ฝ่ายวิปัสสนาธุระ ได้แก่ พระสงฆ์ที่ปฏิบัติสมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐาน มักจะอาศัยอยู่ในวัดใกล้ป่า ห่างไกลจากชุมชน เพื่อแสวงหาความสงบ เรียกชื่อว่า พระสงฆ์อรัญญวาสี หรือ พระป่า[๒๓]

เมื่อพุทธศาสนาเข้ามาสู่เมืองไทยในช่วงระยะต้น ก็ได้มีการศึกษาและปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าที่ปรากฏในพระไตรปิฎก ต่อมาเมื่อพระอรรถกถาจารย์ในลังกาทวีปได้เขียน

---

[๒๓] พระมหาบุญเลิศ ธมฺมทสฺสี, นางสาวนงเยาว์ หนูไชยะ ณ กาฬสินธุ์ และ นางสาวพรรณรายชูเลิศ, “ศึกษาปรากฏการณ์วิธีการสอน วิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐานสี่ในปัจจุบัน”, **รายงานวิจัย,** หน้า ๕๘ – ๕๙.

ข้อความอธิบายพระไตรปิฎกเพื่อง่ายต่อการทำความเข้าใจอรรถกถาเหล่านั้น ก็ได้เผยแพร่เข้ามาสู่เมืองไทยด้วยเช่นกัน แต่อย่างไรก็ตาม ยังเป็นเรื่องยากที่จะเข้าใจและนำมาปฏิบัติได้ในเมืองไทย ทำให้มีผู้ศึกษาและปฏิบัติในเมืองไทยได้เขียนคำอธิบายและเสนอแนวทางแห่งการปฏิบัติที่เหมาะสมแก่คนไทย โดยอ้างอิงจากพระไตรปิฎกและอรรถกถา ฉะนั้น การปฏิบัติกัมมัฏฐานในเมืองไทยจึงมีหลายสำนักเกิดขึ้นด้วยกัน ในที่นี้จะขอสรุปรูปแบบและวิธีปฏิบัติของสำนักปฏิบัติในเมืองไทยดังต่อไปนี้[๒๔]



ภาพที่ ๒.๑ รูปแบบกัมมัฏฐานในเมืองไทย

(ที่มา : วิโรจน์ อินทนนท์, โครงการวิจัย "กัมมัฏฐานล้านนา : รูปแบบ วิธีปฏิบัติและการสืบทอด")

๑) สายธุดงค์ (พุทโธ) สายนี้จะถูกเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สายพระป่า ที่เน้นเรื่องการเดินธุดงค์ โดยส่วนมากจะเป็นธรรมยุตินิกาย แพร่หลายในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย การปฏิบัติจะเน้นเรื่องการบริกรรม "พุทโธ" ในทุกอิริยาบถโดยไม่ได้สัมพันธ์กับลมหายใจหรืออย่างอื่น

๒) สายอานาปานสติ สายนี้จะเน้นสติที่กำหนดลมหายใจเข้า – ออก ให้สติรู้เท่าทันลมหายใจ ไม่ต้องใช้เครื่องมือบริกรรมใด ๆ เพราะทุกขณะเรามีลมหายใจอยู่แล้ว ผู้นำทางด้านการปฏิบัติสายนี้คือ พุทธทาสภิกขุ แห่งสำนักสวนโมกข์

---

[๒๔] วิโรจน์ อินทนนท์, **โครงการวิจัย "กัมมัฏฐานล้านนา : รูปแบบ วิธีปฏิบัติและการสืบทอด"**, [ออนไลน์] แหล่งที่มา : https://researchcafe.org/mindfulness-meditation/ [๑ กันยายน ๒๕๖๕].

๓) สายวิปัสสนากัมมัฏฐานแบบสติปัฏฐาน (ยุบหนอ พองหนอ) สายนี้จะเน้นสติไปที่กาย เวทนา จิต ธรรม ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ การใช้สติกำหนดอาการที่เกิดขึ้นไม่ว่าจะเป็นอิริยาบถใหญ่หรืออิริยาบถย่อย เช่น เมื่อท้องยุบก็รู้ว่ายุบ เมื่อท้องพองก็รู้ว่าพอง จนกลายเป็นชื่อสายปฏิบัติที่เรียกกันง่าย ๆ ว่า สายยุบ – พอง โดยได้นำรูปแบบและวิธีปฏิบัติเหล่านี้มาจากพม่า

๔) สายวิชชาธรรมกาย (สัมมาอรหัง) สายนี้เน้นการเพ่งลูกแก้วใส โดยเคลื่อนลูกแก้วใสนั้นไปตามฐานต่าง ๆ ในร่างกาย และมาสิ้นสุดที่จุดเหนือสะดือขึ้นมา ๒ นิ้ว ในขณะที่เพ่งนั้นก็ให้บริกรรมไปด้วยว่า 'สัมมาอรหัง สัมมาอรหัง สัมมาอรหัง' ไปเรื่อย ๆ

๕) สายประยุกต์ สายนี้มีการนำเอารูปแบบและวิธีปฏิบัติแบบอานาปานสติและสติปัฏฐานไปปรับประยุกต์ใช้เพื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มปฏิบัติ แต่ที่แยกออกไปโดยเฉพาะของสายนี้ก็คือสายหลวงพ่อเทียน ที่เน้นการเคลื่อนไหวให้สติกำหนดการเคลื่อนไหวต่าง ๆ ให้ทัน

อย่างไรก็ตามถึงแม้รูปแบบและวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานในประเทศไทยจะมีหลากหลาย แต่ทุกสำนักก็มุ่งไปที่ความดับทุกข์ และการมีสายปฏิบัติที่หลากหลายนั้นก็เพื่อให้ผู้ปฏิบัติตามสายที่เหมาะสมกับจริตหรืออุปนิสัยของตนเอง เพราะการได้ทำตามจริตจะทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจได้เร็วขึ้นและสุดท้ายได้รับผลของการปฏิบัติเร็วขึ้น

๒.๒.๒ การพัฒนาจิตของกรรมฐาน ๕ สายในสังคมไทย

การปฏิบัติธรรมในประเทศไทยในปัจจุบัน สามารถแบ่งออกเป็น ๕ สายกรรมฐาน ซึ่งมีความแพร่หลาย อันได้แก่ สายพุทโธ สายอานาปานสติ สายพองหนอ-ยุบหนอ สายรูปนาม และสายสัมมาอะระหัง โดยในแต่ละสายมีรูปแบบในการปฏิบัติพัฒนาจิต ดังต่อไปนี้[๒๕]

๑. การปฏิบัติสายพุทโธ หรือที่รู้จักกันว่าเป็นแนวปฏิบัติของ พระป่า ที่อาศัยการปฏิบัติธุดงค์ที่มุ่งขัดเกลากิเลส เพื่อหาทางพ้นทุกข์ เรียกว่า เป็นพระกรรมฐาน การปฏิบัติสายนี้แพร่หลายในหมู่พระภิกษุ ซึ่งได้รับการยกย่องและมีชื่อเสียง ปรากฏอยู่ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จึงมีการเรียกสายพุทโธนี้ว่า สายธุดงค์กรรมฐานอีสาน หรือหากเรียกตามชื่อของพระอาจารย์ที่เป็นต้นกำเนิดที่ทำให้รูปแบบการปฏิบัติสายนี้ แพร่หลาย ก็จะเรียกว่าเป็นสายของหลวงปู่มั่น ภูริทัตโต มีวิธีการในการฝึกด้วยการกำหนดลมหายใจคู่กับคำภาวนาพุทโธในขั้นสมาธิ และมีการกำหนดแยกธาตุขันธ์ในขั้นวิปัสสนา ใช้รูปแบบการเดินจงกรมและนั่งสมาธิ โดยมีเป้าหมายมุ่งปฏิบัติเพื่อหมดกิเลส โดยจะเน้นเป็นการสอนพระภิกษุ ซึ่งจะปฏิบัติตามวัตร ๑๔ ประการ เน้นธุดงควัตร เพื่อการทรมานกิเลส อยู่ในสภาพแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติ ตัดขาดจากทางโลก โดยใช้วิธีการสอนแบบแนะนำให้ตรงจริต และไปปฏิบัติด้วยตนเอง

๒. การปฏิบัติพัฒนาจิตของสายอานาปานสติของพระธรรมโกศาจารย์ หรือหลวงพ่อพุทธทาส เรียกว่า อานาปานสติภาวนาแนวสวนโมกข์ หรือบ้างก็เรียกว่า แนวพุทธทาสภิกขุ การปฏิบัตินี้

[๒๕] พระมหาวุฒิชัย วุฑฺฒิชโย, "การศึกษาเปรียบเทียบรูปแบบการพัฒนาจิตของกรรมฐาน ๕ สายในสังคมไทย", **วารสารวิชาการทางพระพุทธศาสนา,** ปีที่ ๖ ฉบับที่ ๑ (ฉบับรวมที่ ๑๐) ปี ๒๕๖๓) : ๑๙ – ๒๒.

เริ่มจากการที่หลวงพ่อพุทธทาสได้นำอานาปานสติสูตร ตามที่ปรากฏในมัชฌิมนิกาย มาทดลองปฏิบัติด้วยตนเอง และนำมาอธิบายขยายความสู่ภาคปฏิบัติ โดยหลวงพ่อพุทธทาสกล่าวว่า อานาปานสติสูตร ตามที่ปรากฏในมัชฌิมนิกายนี้ เป็นอานาปานสติสมบูรณ์แบบ ที่นำไปสู่บรมธรรมหรือการพ้นทุกข์ได้ตลอดสาย คือ ให้แนวทางตั้งแต่แรก กระทำจนกระทั่งบรรลุมรรคผลนิพพาน มีหลักปฏิบัติคือการเจริญสมาธิ ตามหลักอานาปานสติ ๑๖ ขั้น และได้ให้เทคนิคการปฏิบัติแบบวิปัสสนา ลัดสั้น ที่ย่นการปฏิบัติเพื่อนำมาดับทุกข์ในชีวิตประจำวัน โดยมีรูปแบบการปฏิบัติใช้ทั้งการเดินจงกรม นั่งสมาธิ และการทำงาน ซึ่งถือเป็นการปฏิบัติธรรม และเน้นการมีวิถีชีวิตที่อยู่อย่างต่ำ ทำอย่างสูง คือใกล้ชิดธรรมชาติและห่างจากวัตถุนิยม โดยการสอนด้วยการบรรยายเป็นหลัก เพื่อให้ไปปฏิบัติเอง และให้รู้ผลแห่งการปฏิบัติด้วยตนเอง

๓. การปฏิบัติสายพองหนอ-ยุบหนอ เป็นที่รู้จักกันดีในประเทศไทย ในฐานะเป็นแนวปฏิบัติของวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ ซึ่งการปฏิบัติแพร่หลายจากการนำของพระธรรมธีรราชมหามุนี (พระมหาโชดก ญาณสิทฺธิ) ซึ่งได้ไปศึกษาและปฏิบัติกับพระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาดอ) ณ ประเทศเมียนมา โดยปฏิบัติตามหลักวิปัสสนาวงศ์ที่สืบทอดกันมา อันมีหลักปฏิบัติด้วยการเจริญสติปัฏฐาน ที่เน้นอารมณ์หลัก คือ การกำหนดพองยุบของท้องในเวลาปฏิบัติ และกำหนดรู้เท่า ทันทุกอารมณ์ที่ผ่านมาทางอายตนะ ใช้รูปแบบการเดินจงกรม ๖ ระยะ การนั่งสมาธิ และการกำหนดอิริยาบถย่อยที่เป็นไปตามลำดับขั้น เน้นการฝึกเข้มตามขั้นตอนอย่างต่อเนื่องในสถานที่ปฏิบัติ มีจุดมุ่งหมายให้บรรลุวิปัสสนาญาณ และหมดกิเลสในที่สุด โดยมีการสอบอารมณ์รายบุคคล

๔. การปฏิบัติสายรูปนาม เป็นที่รู้จักในประเทศไทยโดยการสอนของอาจารย์แนบ มหานีรานนท์ ซึ่งเป็นศิษย์เอกของท่านภัททันตะวิลาสะ ภิกษุชาวเมียนมา ซึ่งได้เดินทางมาเข้ามาสอนวิปัสสนากรรมฐานในประเทศไทย ตามประวัติเล่าว่า ท่านอาจารย์ภัททันตะ เป็นผู้ที่แตกฉานทั้งพระไตรปิฎก อรรถกถาและฎีกา จากการเข้าศึกษาหลักสูตรพระบาลี พระไตรปิฎกของคณะสงฆ์เมียนมา และได้ออกแสวงหาอาจารย์สอน วิปัสสนา และได้ไปศึกษาความรู้การปฏิบัตินี้มาจากโยม ชื่อ อูจันดุน ซึ่งเป็นศิษย์ของอาจารย์มินกุนสยาดอ ซึ่งได้ค้นพบการปฏิบัติจากการเข้าถ้ำเก็บตัวปฏิบัติตามสติปัฏฐานถึง ๑๐ ปีจนเข้าใจ และท่านวิลาสะ ก็ได้ไปศึกษาต่อจากฆราวาสท่านนี้ ๔ เดือน จนกระทั่งเกิดเห็นหนทางจริงแห่งยถาภูตญาณ มีหลักปฏิบัติ คือ การฝึกสติปัฏฐานเน้นอิริยาบถ ๔ เพื่อกำหนดรูปนามปัจจุบัน มุ่งให้รู้ความจริงเกี่ยวกับรูปนาม รู้เท่าทันกิเลสที่เกิดขึ้น โดยไม่มีรูปแบบปฏิบัติ และไม่มีการสอบอารมณ์

๕. การปฏิบัติสายสัมมาอะระหัง หรือที่รู้จักกันว่าเป็นแนวการปฏิบัติของพระมงคลเทพมุนี (หลวงพ่อวัดปากน้ำภาษีเจริญ) หรือที่เรียกว่าการปฏิบัติตามแนววิชชาธรรมกาย ซึ่งเกิดจากการค้นคว้าปฏิบัติอย่างเอาชีวิตเป็นเดิมพัน มีหลักปฏิบัติ คือ การกำหนดบริกรรมนิมิตเป็นดวงแก้ว บริกรรมภาวนาว่าสัมมาอะระหัง และเอาใจไว้ศูนย์กลางกาย ใช้การนั่งสมาธิและการฝึกในทุกอิริยาบถ มุ่งให้ปฏิบัติได้เข้าถึงพระธรรมกายภายใน แล้วจึงไปเจริญวิปัสสนา รูปแบบการสอนเป็นการแสดงธรรมเทศนา แนะนำการปฏิบัติแล้วไปปฏิบัติด้วยตนเอง ส่วนท่านที่มีผลการปฏิบัติที่ดี ก็จะเข้าหลักสูตรปฏิบัติแบบเข้มเพื่อการบรรลุมรรคผลนิพพาน และดับทุกข์ให้กับตนเองและผู้อื่น

นอกจากนั้น ยังมีรูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานที่เน้นในเรื่องของฤทธิ์ ที่เรียกว่า มโนมยิทธิ วิชามโนมยิทธิเป็นหลักสูตรทางพระพุทธศาสนา ในด้านวิชชา ๓ กึ่งอภิญญา คำว่า มโนมยิทธิ แปลว่า มีฤทธิ์ทางใจ เป็นวิชชาที่พระราชพรหมยาน (หลวงพ่อฤาษีลิงดำ) นำมาสอนศิษยานุศิษย์และพุทธบริษัทฯ จุดประสงค์สำคัญ เพื่อให้ผู้ปฏิบัติได้พิสูจน์พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ในเรื่องนรก สวรรค์ พรหม พระนิพพาน ว่าเป็นสิ่งที่มีจริง เป็นจริง เป็นการสร้างกำลังใจ และทำให้การปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์เป็นไปอย่างถูกต้องและรวดเร็ว การปฏิบัติพระกรรมฐาน ไม่ว่าจะเป็นสายใดก็ดี ทุกสายขึ้นอยู่กับว่าจะถูกจริตกับเราหรือไม่ เพราะทุกสายมีจุดมุ่งหวังเดียวกัน คือเพื่อความพ้นทุกข์ต่างกันแต่ว่า ใครจะพ้นทุกข์ได้ช้าหรือเร็วกว่ากัน ถ้าเปรียบพระนิพพาน คือกรุงเทพมหานคร ทุกคนมุ่งหวังที่จะไปกรุงเทพฯ จะเดินไป ขึ้นรถไป หรือขึ้นเครื่องบินไป ก็ขึ้นอยู่กับบุญบารมีที่สั่งสมมา พระราชพรหมยาน ได้กล่าวไว้ว่า ผู้ที่มีกำลังใจเป็นปรมัตถบารมีทุกคนมีสิทธิ์ที่จะเข้าพระนิพพานได้ ถ้าปฏิบัติได้ถูกต้องตามพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เพราะมโนมยิทธินี่จะพาเราเป็นพระอริยะเจ้าได้เร็วที่สุด วิธีที่จะทรงมโนมยิทธิได้ก็คือ ๑) พยายามรักษาอารมณ์ให้ทรงอยู่ในศีล ๒) นิวรณ์ ๕ ประการอย่าให้มายุ่งกับใจ[๒๖]

มโนมยิทธิ เป็นกรรมฐานอย่างหนึ่งในกรรมฐาน ๔๐ เพราะกรรมฐานที่พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้มี ๔๐ แบบ แบ่งเป็นหมวด ๔ หมวด คือ[๒๗]

หมวดที่ ๑ สุกขวิปัสสโก บรรลุมรรคผลได้อย่างแบบง่าย สำหรับ สุกขวิปัสสโก เป็นการเริ่มเจริญสมาธิเล็กน้อยควบคู่กับวิปัสสนาญาณ แต่ว่าเรื่องศีลมีความสำคัญมาก ถ้าศีลไม่บริสุทธิ์ สมาธิไม่มีผล สำหรับคำภาวนาใช้คำภาวนาว่า นะ มะ พะ ธะ คำภาวนา นะ มะ พะ ธะ ทำให้กำลังจิตเป็นทิพย์ ถ้าจะปฏิบัติควบคู่กับลมหายใจเข้าออก เวลาหายใจเข้าให้นึกว่า นะ มะ เวลาหายใจออก นึกว่า พะ ธะ

หมวดที่ ๒ เตวิชโช มีความสามารถพิเศษอยู่ ๒ อย่าง คือว่า มีทิพจักขุญาด้วย สามารถระลึกชาติด้วย

หมวดที่ ๓ ฉฬภิญโญ แสดงฤทธิ์ได้ มีหูเป็นทิพย์ มีตาเป็นทิพย์

หมวดที่ ๔ ปฏิสัมภิทัปปัตโต มีความสามารถคลุมวิชชาสาม และอภิญญาหก มีความฉลาดกว่า

มโนมยิทธิคล้ายคลึงกับเตวิชโช แต่ว่ามีกำลังสูงกว่า เป็นกรรมฐานเพื่อเตรียมตัวที่จะปฏิบัติเพื่ออภิญญาหกต่อไปข้างหน้า สำหรับเตวิชโช ได้แก่ วิชชาสาม มีทิพจักขุญาณ ซึ่งต่างกับมโนมยิทธิ คือว่า ท่านที่ได้ทิพจักขุญาณแล้วนั่งอยู่ตรงนี้ สามารถจะเห็นเทวดาหรือพรหมได้ สามารถ

---

[๒๖] ศูนย์พุทธศรัทธา, **มโนมยิทธิหลวงพ่อพระราชพรหมยาน**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : http://www.buddhasattha.com , [๑๕ เมษายน ๒๕๖๖].

[๒๗] อ่านรายละเอียดใน หลวงพ่อพระราชพรหมยาน (พระมหาวีระ ถาวโร), **การฝึกมโนมยิทธิ,** (ธัมมวิโมกข์: มปพ., ๒๕๕๑).

จะคุยได้ แต่ไปหาไม่ได้ สามารถจะเห็นสัตว์นรก เห็นเปรต เห็นอสุรกายได้ แต่ว่าไม่สามารถจะไปหากันได้ เห็นอย่างเดียว สำหรับมโนมยิทธิ ใช้กำลังของจิตเคลื่อนออกจากกายไปสวรรค์ก็ได้ไปพรหมโลกก็ได้ ไปนิพพานก็ได้ ซึ่งมีกำลังสูงกว่า ทั้งนี้เพราะว่าถือเป็นส่วนหนึ่งงของอภิญญาสมาบัติ

๑.๑) กัมมัฏฐานสายพุทโธ[๒๘]

กัมมัฏฐานสายพุทโธ คือ การทำกัมมัฏฐานด้วยวิธีที่ใช้คำบริกรรมว่า “พุทโธ” (หมายถึง ผู้รู้ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน) เป็นเบื้องต้น เพื่อให้เกิดสมาธิ จากนั้นจึงต่อยอดด้วยวิปัสสนาด้วยการพิจารณาโครงกระดูก เป็นกัมมัฏฐานสายหนึ่งที่ปฏิบัติกันอย่างแพร่หลายในสังคมไทย หากจะถามว่ามีกล่าวไว้ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาใดบ้าง ก็คงตอบได้ว่าตอนที่ใช้คำบริกรรมพุทโธ ไม่พบว่ามีในคัมภีร์ใด อาจจะเป็นการประยุกต์ใช้ที่เกิดขึ้นในสังคมไทยเพื่อให้เป็นวิธีปฏิบัติที่สังคมไทยเข้าถึงสมาธิได้ง่าย ได้มีการปฏิบัติสืบสายกันมานานต่อเนื่องจนถึงปัจจุบัน

ตามหลักฐานที่ปรากฏ กัมมัฏฐานสายพุทโธเหมือนกับกัมมัฏฐานสายอื่น ๆ ในสังคมไทย คือปฏิบัติได้ทั้งคฤหัสถ์และพระสงฆ์ แต่มีรูปแบบของการปฏิบัติที่กำหนดไว้ดังนี้

วิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานสายพุทโธ

๑. ข้อกำหนดเบื้องต้น

๑.๑ สำหรับผู้ปฏิบัติที่เป็นคฤหัสถ์ พึงกล่าวคำบูชาพระรัตนตรัย แล้วกล่าวปฏิญาณตนถึงพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่ง ซึ่งเป็นการประกาศตนเป็นอุบาสก อุบาสิกา ต่อพระสงฆ์ก่อน จากนั้นจึงสมาทานศีล ๕ หรือศีล ๘ ตามกำลังความสามารถและรักษาให้บริสุทธิ์ จากนั้นจึงกล่าวคำเจริญพรหมวิหาร ๔ จบแล้ว จึงเริ่มต้นนั่งสมาธิและบริกรรม “พุทโธ”ต่อไป

๑.๒ ส่วนผู้ปฏิบัติที่เป็นบรรพชิต คือ ผู้ที่ได้รับการบรรพชาอุปสมบทถูกต้องตามพระวินัย มีศีลบริสุทธิ์ ไม่ขาดหรือบกพร่องในการบำเพ็ญกิจวัตร หลังการทำวัตรสวดมนต์แล้ว ให้เจริญพรหมวิหาร ๔ จบแล้ว จึงเริ่มต้นนั่งสมาธิและบริกรรม “พุทโธ”ต่อไป

๒. วิธีนั่งสมาธิ ทั้งพระและฆราวาสให้นั่งขัดสมาธิ วางขาขวาทับขาซ้าย วางมือขวาทับมือซ้าย แล้วตั้งกายให้ตรง ไม่ก้มหน้า ไม่เงยหน้า ไม่เอียงซ้าย ไม่เอียงขวา ไม่เอียงไปข้างหน้าข้างหลัง ไม่กด และไม่ข่มอวัยวะในร่างกายแห่งใดแห่งหนึ่งให้ลำบาก วางกายให้สบายเป็นปกติเรียบร้อยสวยงาม เมื่อนั่งตั้งกายตรงดีแล้ว พึงตั้งจิตให้ตรง คือ ตั้งสติลงตรงหน้า ไม่ส่งจิตให้ฟุ้งซ่านไปยัง อนาคตกาลอันยังมาไม่ถึง และไม่ให้ฟุ้งซ่านไปถึงอดีตกาล อันล่วงไปแล้ว ทั้งไม่ให้ฟุ้งซ่านไปเบื้องบน เบื้องล่าง เบื้องซ้าย เบื้องขวา ทั้งไม่ให้ฟุ้งซ่านไปในทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ทางใดทางหนึ่ง พึงเป็นผู้มีสติ พร้อมกำหนดคำบริกรรมพุทโธ จนกระทั่งจิตเป็นเอกัคคตา

---

[๒๘] อ่านรายละเอียดใน พระครูสุพัฒนกาญจนกิจ, “กัมมัฏฐานสายพุทโธในสังคมไทย”, **วารสารพุทธจิตวิทยา**, ปีที่ ๑ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม-ธันวาคม ๒๕๕๙) : ๔๐ – ๔๖.

๓. วิธีกำหนดจิต เริ่มต้นให้เริ่มต้นตั้งสติลงตรงหน้า เพื่อตามดู “จิต” ซึ่งเป็นธรรมชาติรู้หรือผู้รู้ คือ รู้สึก รู้นึก รู้คิด รู้ร้อน รู้เย็น รู้ได้เห็น รู้ได้ยิน และรู้ดมกลิ่น ลิ้มรส สัมผัสถูกต้องสิ่งทั้งปวง ส่วน “สติ” เป็นธรรมชาติรู้หรือตัวผู้รู้ มีอำนาจอยู่เหนือจิต สามารถรู้เท่าทันจิตและรู้เรื่องของจิตได้ดีว่า ขณะนี้จิตมีสภาวะเป็นอย่างไร คือ ดี หรือไม่ดี ตลอดจนมีศักยภาพควบคุมจิต ซึ่งนักปฏิบัติในพระพุทธศาสนาพึงกำหนดเอาสติคือตัวผู้รู้ที่มีอำนาจอยู่เหนือจิตนั้น มาตั้งลงตรงหน้าทำหน้าที่กำหนดรู้ซึ่งจิตและรวมเอาจิตเข้าตั้งไว้ในจิต พยายามจนกว่าจิตจะรวมเป็นหนึ่ง จึงจะถือว่า “เป็นผู้มีสติสัมปชัญญะพร้อมบริบูรณ์”

๔. วิธีรวมจิต เนื่องจากสติมีบทบาทสำคัญ จึงต้องสติตั้งไว้เฉพาะหน้า กำหนดรู้ซึ่งจิต ซึ่งเป็นตัวผู้รู้โดยธรรมชาติ พร้อมบริกรรม “พุทโธ” อันเป็นการระลึกถึงพระพุทธเจ้าไว้ในใจ และจะต้องมีการตรวจซ้ำ-การแก้สภาวะของจิต ก่อนที่จะนึกคำบริกรรมภาวนา ให้ผู้ปฏิบัติ ตรวจสอบให้รู้แน่เสียก่อนว่า สติได้กำหนดจิตถูกแล้วหรือยัง เมื่อรู้ว่าสติได้กำหนดจิตถูกแล้ว แต่จิต ยังไม่สงบและยังไม่รวม พึงให้แก้สภาวะของจิตด้วยการตรวจดูต่อไป ว่าการที่จิตยังไม่รวมเป็นเพราะ เหตุใด เป็นเพราะยังไม่เชื่อมั่นต่อคุณพระรัตนตรัยหรือว่ายังฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ต่าง ๆ และต้องมี ความรู้ว่า ถ้าจิตของตนเชื่อมั่นต่อคุณพระรัตนตรัย ก็แสดงว่าพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ อยู่ในใจ แล้วก็เป็นอันว่าผู้ปฏิบัติเริ่มนึกคำบริกรรม “พุทโธ” ได้แล้ว ในการตรวจซ้ำเพื่อแก้สภาวะจิต ผู้ปฏิบัติจำเป็นต้องพิจารณา ให้รู้รอบคอบเสียก่อนว่า จิตของตนคิดไปตามอารมณ์อะไร เป็นอารมณ์ที่น่ารักหรือน่าเกลียด หากติดอยู่ในอารมณ์ที่น่ารัก หรือติดอยู่ในอารมณ์ที่น่าเกลียด ก็พึงทราบว่า จิตของตนกำลังลำเอียง จึงไม่สงบ จากนั้นพึงปฏิบัติ คือ ตั้งสติลงเป็นกลางแน่วแน่อยู่ที่เฉพาะหน้า ทำความรู้เท่าทันส่วนทั้งสอง คือ รู้เท่าทัน ทั้งส่วน ความรัก และความเกลียด

หลวงปู่มั่น ภูริทตฺโต พระวิปัสสนาจารย์สายพุทโธที่นับได้ว่าเป็นหนึ่งในปรมาจารย์ด้านการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ได้กล่าวถึงวิธีการปฏิบัติภาวนา ซึ่งท่านให้พิจารณากายเป็นส่วนใหญ่ คือ กายคตาสติภาวนา หรือกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ดังนี้ ให้มีสติน้อมเข้ามาพิจารณาส่วนใดส่วนหนึ่งตามที่ถูกกับจริตนิสัยของตน หรือถ้าหากจิตไม่สงบ มีความฟุ้งซ่าน ท่านให้น้อมนึกด้วยความมีสติระลึกคำบริกรรมภาวนาหายใจเข้าว่า “พุท” หายใจออกว่า “พุทโธ” เมื่อจิตสงบแล้ว ท่านก็ให้พักพุทโธไว้ให้อยู่ด้วยความสงบ แต่ก็ต้องให้มีสติ ทำให้ชำนาญ เมื่อชำนาญด้วยบริกรรมหรือความสงบแล้ว ท่านก็ให้มีสติน้อมเข้ามาพิจารณาส่วนใดส่วนหนึ่งที่ถูกจริต หรือนิสัยของตนเองด้วยความมีสติ เมื่อพิจารณาพอสมควรแล้วก็ให้จิตสงบ เมื่อจิตสงบพอสมควรแล้วก็ให้พิจารณาด้วยความมีสติทุกระยะ มิให้พลั้งเผลอ เมื่อจิตรวมแล้ว ก็ให้มีสติระลึกรู้ว่าจิตของเรารวมอยู่เฉพาะจิต หรืออิงอามิสคืออิงกรรมฐาน หรืออิงอารมณ์กัมมัฏฐาน ๔๐ อันใดอันหนึ่งก็ให้มีสติรู้ อย่าบังคับจิตให้รวมและอย่าถอนจิตที่รวมอยู่ ให้จิตถอนออกเอง พอจิตถอน ให้มีสติน้อมเข้ามาพิจารณากายส่วนใดส่วนหนึ่งที่ตนเคยพิจารณานั้น ๆ อยู่เรื่อยไป ด้วยความมีสติมิให้พลั้งเผลอ ส่วนนิมิตต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น เป็นนิมิตแสดงภาพภายนอกก็ตาม หรือเป็นนิมิตภายในซึ่งเป็นธรรมะผุดขึ้น ก็ให้น้อมเข้ามาเป็นอุบายของกรรมฐานของวิปัสสนา คือน้อมเข้าสู่ไตรลักษณ์ ให้เห็นเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ด้วยกันทั้งหมด ด้วยความมีสติอยู่เสมอ ๆ ไม่ปล่อยใจพลั้งเผลอเพลิดเพลินไปตามนิมิตที่ปรากฏ แล้วให้มีสติน้อมเข้ามาพิจารณากายให้เห็นเป็นของไม่สวยไม่งาม ให้เป็นเป็นไตรลักษณ์ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา มิใช่ตัวตน มิใช่

ของของตน พิจารณาด้วยความมีสติอยู่อย่างนั้น เมื่อพิจารณาพอสมควรแล้ว ก็ให้พักสงบ เมื่อสงบพอสมควรแล้วก็ให้พิจารณาด้วยมีสติอยู่อย่างนั้น[๒๙]

๕. เริ่มต้นบริกรรม เมื่อมีสติเป็นกลาง จิตก็ย่อมเป็นกลาง เมื่อจิตเป็นกลาง และได้ทำความรู้เท่าทันส่วนทั้งสองรวมเอาจิตเข้ามาตั้งไว้เฉพาะหน้า ทั้งได้แลเห็นคุณพระรัตนตรัยแล้ จิตนั้นปราศจากนิวรณ์แล้ว จึงเริ่มนึกคำบริกรรมว่า "พุทฺโธ ธมฺโม สงฺโฆ" ๓ จบ แล้ว สุดท้ายให้นึก บริกรรมเพียงคำเดียวว่า "พุทโธ" เป็นอารมณ์ ให้นึกบริกรรมอยู่ในใจ

๖. วิธีเดินจงกรม การเดินจงกรม คือ การที่พระภิกษุเดินย่างก้าว โดยมีสติกำหนดอยู่ที่เท้าซึ่งกำลังก้าวเดินไป เป็นวิธีการทำสมาธิอย่างหนึ่งในอิริยาบถเดิน ควรศึกษาและทำความเข้าใจการทำสมาธิด้วยอิริยาบถเดินที่เรียกว่า "เดินจงกรม" การเดินจงกรมมีหลายวิธี ดังจะแนะนำตามลำดับต่อไปนี้[๓๐]

๑. การเดินจงกรมโดยไม่ต้องมีคำบริกรรมแต่อย่างใด ผู้เดินจงกรมยืนตรงเอามือประสานกันไว้ด้านหน้า หรือด้านหลังก็ได้ โดยมือขวาจับที่ข้อมือซ้าย หรือมือซ้ายจับที่ข้อมือขวา ตามความถนัด เท้าทั้งสองชิดกันพอประมาณ จากนั้นกำหนดอาการยืนให้เห็นด้วยจิตว่าเรายืนอยู่อย่างไร เท้าอยู่อย่างไร มืออยู่อย่างไร กำหนดพื้นที่เท้าสัมผัสว่าเย็น ร้อน นุ่ม อ่อน แข็ง อย่างไร กำหนดอากาศรอบๆ ตัวว่าเป็นอย่างไร แล้วเอาจิตไปไว้ที่เท้าทั้งสอง พร้อมกับก้าวเท้าออกเดิน จิตกำหนดอาการที่เท้ากำลังก้าวไปแต่ละก้าวๆ ปล่อยตัวตามสบาย ปล่อยกายตามสภาวะของกาย เหมือนกำลังเดินอยู่กลางจักรวาลอันกว้างไกล ไม่มีพันธะ ไม่มีสิ่งเกาะเกี่ยว หรือทำความรู้สึกเหมือนคนกำลังปั่นจักรยาน สิ่งที่กำลังก้าวไป ไม่ใช่ตัวตนของเรา การเดินโดยไม่มีคำบริกรรมภาวนาจะเดินช้าหรือเร็วก็ได้ แต่นิยมเดินเร็วพอประมาณ เพราะถ้าเดินช้าจิตจะเปลี่ยนเร็ว คือ จิตจะไม่อยู่กับอาการที่เท้ากำลังก้าวไป การเดินจงกรมโดยไม่มีคำบริกรรมภาวนาจึงนิยมเดินเร็ว เพื่อไม่เปิดโอกาสให้จิตได้คิดเรื่องต่างๆ แต่ให้จิตเคลื่อนไปกับเท้าที่กำลังก้าวย่าง

๒. การเดินจงกรมโดยมีคำบริกรรมภาวนา เช่น พุทโธ หรือ ขวาย่างหนอ ซ้ายย่างหนอ หรือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา สำหรับคำบริกรรมว่า พุทโธ นั้นไม่นิยมนำมาใช้ในการเดินจงกรม เนื่องจากการเดินจงกรม จิตและคำบริกรรมต้องสัมพันธ์อยู่กับเท้าที่ก้าวย่างไป บุรพาจารย์จึงไม่นิยมใช้ แต่มีที่ใช้อยู่บางสำนักเท่านั้น เพราะท่านถือว่า การบริกรรมอยู่ที่ใจ

การกำหนดยืน ก่อนเดินจงกรมให้ยืนกำหนดยืนหนอๆ ๓ ครั้ง โดยเอาจิตตรวจตั้งแต่ศีรษะเคลื่อนลงมาที่ตา จมูก ปาก คาง คอ จนถึงปลายเท้า จากปลายเท้ากลับขึ้นมาจนถึงศีรษะแล้ว กำหนดอยากเดินหนอๆ ๓ ครั้ง จากนั้นเอาจิตไปอยู่ที่เท้าข้างขวา พร้อมกับกำหนดขวาย่างหนอ เอาสติไปอยู่ที่เท้าข้างซ้ายพร้อมกับกำหนดซ้ายย่างหนอ แล้วกำหนดตามเท้าที่กำลังก้าวย่างไปอย่าง

---

[๒๙] สุรีพันธุ์ มณีวัตร, "ชีวประวัติพระอาจารย์จวน กุลเชฏฺโฐ ปฏิปทา และธรรมเทศนา", **ใน หนังสือบูรพาจารย์,** (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ศิลป์สยามการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๔), หน้า ๔๙๔.

[๓๐] พระวิจิตรธรรมาภรณ์ (เทอด ญาณวชิโร), **สมาธิเบื้องต้นสำหรับชาวบ้าน**, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สยาม เอ็ม แอนด์ บี พับลิชชิ่ง จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๗๖-๘๓.

ช้าๆ การกำหนดเดิน ขณะบริกรรมว่า “ขวา” แล้วค่อยๆ ยก สันเท้าขวาขึ้นอย่างช้าๆ แต่ปลายเท้ายังไม่พ้นพื้น ขณะบริกรรมว่า “ย่าง” ปลายเท้าขวาพ้นจากพื้นพร้อมกับค่อยๆ เคลื่อนไปข้างหน้า ขณะบริกรรม “หนอ” ปลายเท้าขวาแตะพื้นสุดเสียงคำบริกรรมว่า “หนอ” ผ่าเท้าขวาวางเรียบเสมอพื้น อย่างนุ่มนวลแผ่วเบา แต่มั่นคง จากนั้นเอาสติไปไว้ที่เท้าซ้าย พร้อมกับบริกรรมว่า ซ้ายย่างหนอ ขณะบริกรรมว่า “ซ้าย” ค่อยๆ ยกส้นเท้าซ้ายขึ้นอย่างช้าๆ เช่นเดิม แต่ปลายเท้ายังไม่พ้นพื้น ขณะบริกรรมว่า “ย่าง” ค่อยๆ ยกปลายเท้าซ้ายขึ้นให้พ้นพื้นพร้อมกับเคลื่อนไปข้างหน้าอย่างช้าๆ ขณะบริกรรมว่า “หนอ” ปลายเท้าซ้ายแตะพื้น สุดเสียงคำบริกรรมว่า “หนอ” ผ่าเท้าซ้ายวางเรียบเสนอ พื้น ให้กำหนดเช่นนี้ไปเรื่อยๆ ตามเท้าที่ก้าวไป

การกำหนดกลับ เมื่อถึงปลายทางที่จะกลับ ให้วางเท้าทั้งสองคู่กันพร้อมกับกำหนดบริกรรมว่า “ยืนหนอ ๆ” ๓ ครั้งโดยเอาจิตตรวจตั้งแต่ศีรษะ เคลื่อนลงมาที่ตา จมูก ปาก คาง คอ จนถึงปลายเท้า จากปลายเท้ากลับขึ้นมาจนถึงศีรษะ แล้วกำหนดบริกรรมว่า “อยากกลับหนอ ๆ” ๓ ครั้ง จากนั้นเอาจิตไปอยู่ที่เท้าข้างขวาพร้อมกับกำหนดบริกรรมว่า “กลับหนอ ๆ” เป็นคู่ ๓ คู่ คือ กลับหนอ กลับหนอ คู่แรก กลับหนอ กลับหนอ คู่ที่ ๒ กลับหนอ กลับหนอ คู่ที่ ๓ แต่ละคู่ให้เท้าทำมุมหมุนไปข้างขวา ประมาณ ๖๐ องศา เมื่อครบทั้ง ๓ คู่ หน้าจะตรงทางที่เดินมาพอดี ในขณะที่เท้าทั้ง ๒ จะวางคู่กัน

เมื่อจะหยุดให้ยืนบริกรรม “ยืนหนอ ๆ” ๓ ครั้ง แล้วตามด้วย “อยากหยุดหนอ ๆ” ๓ ครั้ง หากจะนั่งสมาธิให้บริกรรม “ยืนหนอ ๆ” ๓ ครั้ง แล้วตามด้วย “อยากนั่งหนอ ๆ” ๓ ครั้ง แล้วกำหนดอาการนั่ง สำหรับการเดินจงกรมโดยกำหนดแบบอนิจจัง (ความไม่เที่ยง) ทุกขัง (ความเป็นทุกข์) อนัตตา (ความไม่มีตัวตน) ก็ไม่มีข้อแตกต่างอะไร เป็นแต่เพียงเปลี่ยนคำบริกรรมจากขวาย่างหนอ ซ้ายย่างหนอ มาเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาเท่านั้น โดยเอาจิตไปไว้ที่เท้าข้างขวา หรือซ้ายพร้อมกับกำหนดดังนี้ ขณะยกเท้าขึ้น ให้บริกรรมว่า “อนิจจัง” ขณะเท้าก้าวย่างไป ให้บริกรรมว่า “ทุกขัง” ขณะเท้าแตะพื้นให้บริกรรมว่า “อนัตตา” ในขณะเดินอาจหยุดยืนแล้วพิจารณาร่างกายเราหรือสรรพสิ่งว่าเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่มีตัวตนที่แท้จริงก็ได้ เมื่อพิจารณาแล้วก็ก้าวเดินต่อไป

๗. วิธีพิจารณาโครงกระดูก เป็นหนึ่งในอสุภกัมมัฏฐาน ที่เรียกว่า อัฏฐิกอสุภ ซากศพที่เป็นกระดูกน่าเกลียด กระดูกนั่นเองชื่อ อัฏฐิกะ นัยหนึ่ง กระดูกจัดว่าเป็นของน่าเกลียด เพราะเป็นสิ่งปฏิกูล เหตุนั้นจึงชื่อ อัฏฐิกะ คำว่า อัฏฐิกะ นั่นเป็นคำเรียกร่างกระดูกก็ได้ กระดูกท่อนเดียวก็ได้ ก็แล คำทั้งหลายมีคำว่า อุทธุมาตกะ เป็นต้นเหล่านั้นแล เป็นชื่อแห่งนิมิตอันอาศัยอสุภ มีอุทธุมาตกอสุภ เป็นอาทิ เหล่านี้เกิดขึ้นก็ได้ เป็นชื่อแห่งฌานอันพระโยคาวจรได้ในนิมิตทั้งหลายก็ได้[๓๑] ขั้นตอนนี้คือขั้นต้นของการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน การที่จะพิจารณาโครงกระดูกให้ได้ดีนั้น พึงมีสติกำหนดจิตให้รวมสนิทดีเรียบร้อยเสียก่อน แล้วยกจิตขึ้นเพ่งพิจารณากำหนดให้รู้โครงกระดูก ดังนี้

---

[๓๑] พระมหาไพจิตร อุตฺตมธมฺโม, **เอกสารประกอบการสอนสัปดาห์ที่ ๓ เรื่องกสิน**, (มปท. : มปป.), หน้า ๒๒.

๗.๑ ตั้งแต่เบื้องบนลงไปถึงที่สุดเบื้องต่ำ คือ เพ่งพิจารณากระดูกกะโหลกศีรษะและกำหนดให้รู้แจ้งว่า กระดูกกะโหลกศีรษะนี้เป็นแผ่นโค้งเข้าหากัน มีฟันเกาะกันไว้เป็นกะโหลกอยู่ได้ กระดูกคอเป็นข้อ ๆ และเป็นท่อน ๆ สวมกันไว้เป็นลำดับลงไป กระดูกหัวไหล่ กระดูกไหปลาร้า ต่อออกจากระหว่างกระดูกทั้ง ๒ ข้าง กระดูกแขนทั้ง ๒ ข้าง กระดูกข้อศอกทั้ง ๒ ศอก กระดูกข้อมือ กระดูกฝ่ามือ กระดูกนิ้วมือ ทั้ง ๑๐ นิ้ว กระดูกซี่โครงทั้ง ๒๔ ซี่ กระดูกสันหลังเป็นข้อ ๆ และเป็นท่อน ๆ สวมกันไว้เป็นลำดับลงไปตั้งแต่กระดูกคอ ตลอดถึงกระดูกบั้นเอว กระดูกสะโพก กระดูกโคนขา กระดูกเข่า กระดูกแข้ง กระดูกข้อเท้า กระดูกฝ่าเท้า กระดูกนิ้วเท้าทั้ง ๑๐ นิ้ว พิจารณาโดยลำดับอย่างนี้ เรียกว่า พิจารณาเป็นอนุโลม

๗.๒ เมื่อพิจารณาเป็นอนุโลมโดยลำดับดังนี้แล้ว ผู้ปฏิบัติพึงพิจารณาย้อนกลับเป็นปฏิโลม คือ พึงมีสติกำหนดจิตให้รวมสนิทเป็นหนึ่งตลอดไป ยกจิตขึ้นเพ่งพิจารณา กำหนดรู้โครงกระดูก ย้อนกลับเป็นปฏิโลม ตั้งแต่เบื้องต่ำลำดับขึ้นไปจนถึงสุดเบื้องบน คือ เพ่งพิจารณาดูให้รู้เห็นกระดูกนิ้วเท้าทั้ง ๑๐ ตลอด แล้วเพ่งพิจารณาดูให้รู้ให้เห็นกระดูกฝ่าเท้า กระดูกข้อเท้า กระดูกเท้า กระดูกเข่า กระดูกโคนขา กระดูกสะโพก กระดูกบั้นเอว กระดูกสันหลัง กระดูกซี่โครง กระดูกหัวไหล่ กระดูกไหปลาร้า กระดูกแขน กระดูกศอก กระดูกข้อมือ กระดูกฝ่ามือ กระดูกนิ้วมือ กระดูกคอ กระดูกกะโหลกศีรษะ พิจารณาย้อนกลับตั้งแต่เบื้องต่ำตลอดขึ้นไปจนถึงเบื้องบนอย่างนี้ เรียกว่า พิจารณาปฏิโลม

๗.๓ จากนั้นเป็นการพิจารณารวมศูนย์กลาง หรือพิจารณาโครงกระดูกเป็นอนุโลมแล้ว ปฏิโลม ถอยลง ถอยขึ้น รอบคอบตลอดแล้วพึงพิจารณารวมศูนย์กลางที่ท่ามกลางอกต่อไป โดยพึงมีสติ รวมจิต พร้อมทั้งรวมความคิดเห็นที่ได้พิจารณาเห็นโครงกระดูก ตั้งแต่เบื้องบนไปถึงเบื้องล่าง ตั้งแต่เบื้องล่างย้อนกลับขึ้นมาจนถึงเบื้องบน รอบคอบตลอดแล้วนั้นทวนกระแส รวมเข้าตั้งไว้ในท่ามกลางอก มีสติพิจารณาให้รู้แจ้งว่า “ร่างกายนี้ก็เป็นแต่เพียงสักว่ากาย ถ้าไม่มีใจครองก็ไม่รู้สึก รู้นึก รู้คิด และเคลื่อนไหวไปมาไม่ได้ มีวิญญาณจิตดวงเดียวเท่านั้นเป็นใหญ่ในชีวิตของร่างกายทั้งสิ้นนี้ก็อยู่ในใต้อำนาจแห่งจิตดวงนี้ เพราะฉะนั้น จำเป็นที่ผู้ปฏิบัติต้องรวมเอาดวงจิตเข้าตั้งไว้ให้เป็นเอกจิต เอกธรรม เอกมรรค คือ ให้เป็นจิตดวงเดียว ตั้งมั่นอยู่ที่ทรวงอก” ซึ่งทั้งสองวิธีนี้ รวมเรียกว่า การเจริญตีรณวิธี เมื่อจิตของผู้ปฏิบัติตกลงสู่ภวังค์ ให้หยุดคำบริกรรมนั้นแล้วมีสติตามกำหนดเอาจิตในภวังค์ให้ตั้งมั่นเป็นสมาธิต่อไป คำว่า “ภวังค์” มีการอธิบายตามความเข้าใจของอาจารย์สายพุทโธว่า คือ จิตดวงเดิม ซึ่งคือจิตเมื่อแรกเข้าสู่ปฏิสนธิในครรภ์ของมารดาแล้ว จิตตั้งภวังค์ขึ้นเป็นตัวภพ เหตุนั้น จิตที่ตกลงสู่ภวังค์แล้ว จึงเรียกว่า จิตดวงเดิม จิตที่อยู่ในภวังค์มีหน้าที่ทำการสร้างภพ คือ สืบต่ออายุให้เจริญรุ่งเรือง ไม่ทำการรับรู้รับเห็นในทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น หรือทางกายภายนอก มนุษย์ทุกคนเมื่อเข้าสู่ปฏิสนธิในครรภ์ของมารดา จิตตั้งภวังค์ขึ้นเป็นตัวภพแล้ว จึงได้เกิดเป็นชาติมนุษย์ขึ้นมา ในที่นี้ จะแสดงชื่อของภวังค์ให้ผู้ปฏิบัติได้ทราบไว้ทั้ง ๔ ชื่อ ในลำดับแห่งขณะจิต ข้อ ๑-๒ กับข้อ ๑๐ แห่งขณะจิต ๑๗ ขณะ ดังต่อไปนี้

๑. อดีตภวังค์คะ คือ จิตอยู่ในภวังค์ ปล่อยอารมณ์ล่วงไปเปล่า ๆ ตั้งแต่ ๑ ขณะ ถึง ๑๕ ขณะจิต

๒. ภวังค์คจลนะ คือ จิตเคลื่อนไหวตัว จะออกจากภวังค์

๓. ภวังคุปัจเฉท คือ จิตขาดจากความไหวตัว
๔. ปัญจทวาราวัชชนะ คือ จิตขึ้นสู่ทวารทั้ง
๕. สันตีรณะ คือ จิตใคร่ครวญในอารมณ์
๖. สัมปฏิจฉันนะ คือ จิตน้อมรับอารมณ์
๗. โผฏฐัพพนะ คือ จิตที่ตกลงจะถือเอาอารมณ์
๘. กามาพจรชวนะ คือ จิตกามาพจร แล่นเนื่อง ๆ กันไป ๗ ขณะจิต
๙. ตทาลัมพนะ คือ จิตรับเอาอารมณ์ได้สำเร็จความปรารถนา
๑๐. ภวังคปาตะ คือ จิตตกลงสู่ภวังค์เดิมอีก

อาจารย์สายพุทโธอธิบายต่อไปสรุปได้ว่า

๑. เรื่องภวังคจิต กับเรื่องขณะจิต เป็นจิตของสามัญมนุษย์ทั่วไปในโลกที่ยังไม่ได้ประพฤติปฏิบัติพระพุทธศาสนาเลยก็เป็นอยู่อย่างนั้น

๒. เรื่องจิตที่ออกจากภวังค์และตกเข้าสู่ภวังค์ดังกล่าวไว้แล้วในขณะจิต ๑๗ ขณะนั้นเป็นเรื่องที่จิตออกเร็วเข้าเร็วมากที่สุด และออกอยู่ทุกเวลา เข้าอยู่ทุกเวลาที่กะพริบตา จนสามัญมนุษย์ทั้งหลายไม่สามารถตามรู้ทันได้ แม้นัยน์ตาเมื่อดูสิ่งของอันหนึ่ง ๆ อยู่แล้ว จะส่ายสายตาไปดูสิ่งอื่นอีก จิตก็ตกเข้าสู่ภวังค์ก่อนแล้วออกจากภวังค์ จึงดูสิ่งอื่นต่อไปได้เป็นการรวดเร็ว จนผู้ปฏิบัติไม่รู้สึกว่าออกเมื่อไรเข้าเมื่อไร

๓. หากผู้ปฏิบัติมีความประสงค์จะทำจิตให้เป็นสมาธิ มีปัญญาปรีชาญาณรู้แจ้งแทงตลอดในพระธรรมวินัย จึงจำเป็นต้องกำหนดให้รู้จิตที่ตกลงสู่ภวังค์เอง วิธีการกำหนดให้รู้จิตที่ตกลงสู่ภวังค์นั้น พึงมีสติกำหนดให้รู้จิตในเวลาที่กำลังนึกคำบริกรรมภาวนาอยู่นั้น ซึ่งเมื่อผู้ปฏิบัติมีสติกำหนดจ่อต่อคำบริกรรมจริง ๆ จิตก็ย่อมจดจ่อต่อคำบริกรรมด้วยกันเมื่อจิตจดจ่อต่อคำบริกรรมอยู่แล้ว จิตย่อมตั้งอยู่ในความเป็นกลาง เมื่อจิตเป็นกลาง จิตย่อมวางอารมณ์ภายนอก เมื่อจิตวางอารมณ์ภายนอกหมดแล้ว จิตย่อมตกลงสู่ภวังค์เอง เมื่อจิตตกลงสู่ภวังค์ ย่อมแสดงอาการให้รู้สึกได้ทุกคนตลอดไป คือแสดงให้รู้สึกว่า รวมวูบวาบลง ทั้งแรงก็ดี หรือแสดงให้รู้สึกว่า สงบนิ่งแน่ลงถึงที่แล้วสว่างโล่งเยือกเย็นอยู่ในใจ จนลืมภายนอกคือลืมตนลืมตัวหรือลืมคำบริกรรมภาวนา เป็นต้น

๔. แต่หากว่าบางคนไม่ถึงกับลืมภายนอก แต่ก็ย่อมรู้สึกว่า เบากาย เบาใจ เยือกเย็นเป็นที่สบายเฉพาะภายในเหมือนกันทุกคน

๕. เมื่อรู้ว่า จิตประชุมอริยมรรคสมังคีเองแล้ว ผู้ปฏิบัติพึงเป็นผู้มีสติตรวจดูให้รู้แจ้งว่า สติพร้อมทั้งสัมปชัญญะและสมาธิ กับองค์ปัญญา ตลอดองค์อริยมรรคทั้ง ๘ ประการ ก็ประชุมพร้อมอยู่ในอริยมรรคสมังคีอันเดียวกัน เมื่อรู้แล้วพึงรักษาความไม่ประมาทเลินเล่อ คือ อย่าเผลอตัวและอย่าเผลอสติ ทั้งอย่าทอดธุระ ให้มีสติตามกำหนดรู้อยู่อย่างนั้น จนกว่าจะรู้สึกเหนื่อยหรือได้เวลาแล้ว จึงออกจากที่นั่งภาวนาอย่างที่กล่าวมานี้เรียกว่า *“ภาวนาอย่างละเอียด”*

๖. วิธีออกจากการนั่งสมาธิ เมื่อจะออกที่นั่งสมาธิภาวนานั้น ให้ผู้ปฏิบัติพึงออกในเวลาที่รู้สึกเหนื่อยหรือได้เวลาแล้วจึงออกจากที่นั่งสมาธิภาวนา แต่เมื่อจะออกจากที่นั่งจริง ๆ นั้น อย่าออกให้เร็วนักจนเผลอลืมสติ ทำให้ขาดสติหรือสติไม่ดีได้ ดังนั้น พึงออกจากที่นั่งสมาธิภาวนาด้วย

ความมีสติ พิจารณาเหตุผลให้รอบคอบ ทั้งกิจเบื้องต้นและกิจเบื้องปลายก่อน ในกิจเบื้องต้นนั้นให้ระลึกถึงวิธีที่ผู้ปฏิบัติได้เข้านั่งสมาธิครั้งแรกว่า เบื้องต้นได้เข้าสมาธิอย่างไร และได้ตั้งสติกำหนดจิตอย่างไร ได้พิจารณาและนึกคำบริกรรมภาวนาว่ากระไร จิตจึงสละลงและสงบจากอารมณ์ลงได้ ในกิจเบื้องปลาย คือ เมื่อจิตสงบแล้วให้ตั้งสติกำหนดจิตอย่างไร ได้พิจารณารู้จริงเห็นจริงอย่างไร จิตจึงรวมเป็นหนึ่งอยู่ได้ ไม่ถอนจากสมาธิภาวนา เมื่อพิจารณาหรือระลึกได้ว่า กิจเบื้องต้นได้เข้าสมาธิอย่างนั้นตั้งสติอย่างนั้น กำหนดจิตอย่างนั้น พิจารณาและนึกคำบริกรรมอย่างนั้น จิตจึงได้สงบและรวมลงมาเป็นอย่างนี้ เมื่อจิตรวมลงมาแล้ว ได้ตั้งสติกำหนดจิตอย่างนี้ พิจารณาอย่างนี้ได้ความรู้จริงเห็นจริงอย่างนี้ เมื่อได้ความชัดเจนแล้ว พึงทำโยนิโสมนสิการ คือ กำหนดไว้ในใจว่า “ถ้าออกจากที่นั่งนี้แล้วก็จะกำหนดจิตของตนไว้ให้ดีอยู่อย่างนี้เสมอตลอดไป” ไม่ให้เผลอสติได้ ครั้นเมื่อเข้าสมาธิอีกคราวหลัง ผู้ปฏิบัติก็ย่อมสามารถเข้าให้ถูกตามวิธีที่ได้ทำมาแล้วนี้ทุกประการ และเมื่อทำโยนิโสมนสิการ คือ การกำหนดไว้ในใจดีแล้ว จึงออกจากที่นั่งสมาธิภาวนา โดยการนอนลงไป ก็ให้กำหนดใจนั้นไว้จนนอนหลับ และเมื่อตื่นขึ้นจากหลับก็ให้มีสติกำหนเอาใจไว้ตลอดวัน คือ ไม่ว่าจะยืน เดิน นั่ง นอน พึงพยายามทำความเป็นผู้มีสติกำหนดรู้ซึ่งจิตของตนเสมอ จนกว่าจะชำนาญคล่องแคล่วด้วยวสี ๕ ประการ คือ ๑. อาวัชชนวสี คือ ชำนาญในการพิจารณาสมาธิภาวนา ๒. สมาปัชชนวสี คือ ชำนาญในการเข้านั่งสมาธิภาวนา ๓. อธิษฐานวสี คือ ชำนาญในการตั้งสติ ทำจิตให้เป็นสมาธิไว้ให้มั่นคง ไม่ให้เคลื่อนคลาดจากที่กำหนดเดิม ๔. วุฏฐานวสี ชำนาญในการที่จะออกจากสมาธิภาวนาโดยมิให้เคลื่อนคลาดจากที่กำหนดวิธีการออกการเข้า ๕. ปัจจเวกขณวสี คือ ชำนาญในการพิจารณาให้รอบคอบในเวลาที่จะออกจากที่นั่งสมาธิภาวนานั้น ความเป็นผู้ชำนาญในวสีทั้ง 5 ประการเหล่านี้มีความสำคัญอย่างมาก เพราะแสดงถึงความก้าวหน้าในวิธีปฏิบัติ

๑.๒) กัมมัฏฐานสายมหาสีสะยาดอ (ยุบหนอ พองหนอ)

การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแบบพระอาจารย์มหาสีสยาดอว์นั้น เมื่อใดก็ตามที่ตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นรับรส กายถูกต้องสัมผัส ใจนึกคิดเรื่องราวต่างๆ ผู้ปฏิบัติจะต้องรู้อารมณ์ทั้งหลายด้วยตนเอง โดยกำหนดว่า เห็นหนอ ได้ยินหนอ กลิ่นหนอ รสหนอ ถูกหนอ คิดหนอ... ทุกขณะที่โยคีผู้ปฏิบัติเห็นรูป ได้ยินเสียง ได้กลิ่น รู้รส ถูกต้อง สัมผัส นึกคิดเรื่องราวต่างๆ ควรกำหนดรู้อารมณ์เหล่านี้ตามความเป็นจริง

เมื่อมีการหายใจเข้าท้องจะพองขึ้น เมื่อหายใจออกท้องจะยุบลง เมื่อท้องพองขึ้นก็ให้กำหนดรู้ด้วยใจว่า พองหนอ เมื่อท้องยุบลง ก็ให้กำหนดรู้ว่า ยุบหนอ ถ้าหากในขณะที่กำหนดรู้อาการพองยุบอยู่ด้วยใจนั้น อาการพองยุบไม่ชัดเจน ก็ให้เอาฝ่ามือแตะที่แผ่นท้อง โดยไม่ต้องบังคับลมหายใจ แม้มันจะช้าลง ก็ไม่ต้องทำให้มันไวขึ้น อีกทั้งไม่ต้องหายใจแรงขึ้น ถ้าผู้ปฏิบัติบังคับลมหายใจจะทำให้รู้สึกเหนื่อย ให้หายใจอย่างธรรมดาตามปกติ แล้วกำหนดอาการพองอาการยุบของท้อง ผู้ปฏิบัติต้องกำหนดอาการพองอาการยุบด้วยใจไม่ใช่ท่องด้วยปาก ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ผู้ปฏิบัติจะเรียกชื่อการกำหนดว่าอย่างไรไม่ใช่เรื่องสำคัญ สาระสำคัญอยู่ที่ การกำหนดรู้

ขณะที่ผู้ปฏิบัติกำหนดรู้อาการพองยุบของท้องอยู่นั้น ถ้าเกิดจิตใจฟุ้งซ่านไป ต้องกำหนดสภาวะที่จิตฟุ้งซ่านนี้ โดยกำหนดรู้ด้วยใจว่า ฟุ้งซ่านหนอ หรือ ฟุ้งหนอๆๆ เมื่อผู้ปฏิบัติกำหนดรู้จิตที่ฟุ้งซ่านนี้ไปสักครั้ง สองครั้ง จิตก็จะหยุดฟุ้งซ่าน จากนั้นก็ให้กลับมากำหนดรู้อาการพองยุบของท้อง

ใหม่ หรือเมื่อจิตนึกคิดไปที่แห่งใดแห่งหนึ่ง ก็ให้กำหนดว่า ถึงหนอ ๆ เมื่อกล่าวโดยย่อ ผู้ปฏิบัติควรกำหนดทุกสภาวะ ไม่ว่าจะเป็นความคิดหรือการพิจารณาอะไรก็ตามที่เกิดขึ้น การกำหนดสภาวะที่จิตรับรู้อารมณ์ทุกอย่างเช่นนี้เรียกว่า จิตตานุปัสสนา

ชีวประวัติท่านมหาสีสะยาดอ[๓๒]

พระอาจารย์ อู โสภณมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต หรือที่รู้จักกันในวงกว้างในนามพระอาจารย์ มหาสี สยาดอว์ เป็นพระสงฆ์ชาวพม่า เกิดเมื่อวันที่ ๒๙ กรกฎาคม ค.ศ. ๑๙๐๔ ในครอบครัวคหบดี

เมื่ออายุได้ ๖ ปีท่านเริ่มเข้าเรียนที่โรงเรียนของวัดประจำหมู่บ้าน อายุ ๑๒ ปี ได้บรรพชาเป็นสามเณรมีฉายาว่า "โสภณะ" และเมื่ออายุครบ ๒๐ ปีบริบูรณ์ ได้อุปสมบทเป็นภิกษุ เมื่อวันที่ ๒๖ พฤศจิกายน ค.ศ. ๑๙๒๓ สามปีถัดมา ท่านได้สอบผ่านสนามสอบบาลีศึกษาของทางราชการในชั้นต้น (ปฐมแง) กลาง (ปฐมลัต) สูง (ปฐมจี) และสำเร็จการศึกษาชั้น "ธัมมาจริยะ" ซึ่งเป็นชั้นสูงสุดของการศึกษาของคณะสงฆ์พม่า

ในพรรษาที่ ๘ ท่านได้ฝากตัวเป็นศิษย์ของพระอาจารย์ อู นารทมหาเถระพระกัมมัฏฐานาจารย์ผู้มีชื่อเสียง ซึ่งเป็นที่รู้จักกันในนามพระอาจารย์ มินกุน เชตวัน สยาดอว์ และได้ปวารณาตนขอเข้าฝึกสมาธิวิปัสสนากรรมฐานระดับเข้มข้น การฝึกวิปัสสนากรรมฐานของท่านก้าวหน้าขึ้นอย่างรวดเร็วมาก

ต่อมาประเทศญี่ปุ่นได้รุกรานประเทศพม่า ทางการสั่งอพยพผู้คน ท่านได้ใช้โอกาสนี้เดินทางกลับไปยังบ้านเกิดที่บ้านเซตโข่น และทุ่มเทให้กับการฝึกฝนวิปัสสนากรรมฐานของตัวเองอย่างเต็มที่ โดยจำพรรษาอยู่ที่วัดชื่อ มหาสี หรือ วัดกลองใหญ่ และจากชื่อของวัดนี้เองที่ทำให้ชาวบ้านขนานนามท่านต่อๆ มา ว่า "พระอาจารย์ มหาสี สยาดอว์"

ในช่วงนี้เอง ท่านได้แต่งตำราทางพระพุทธศาสนาเล่มสำคัญขึ้นมา เป็นตำราที่อธิบายถึงสมาธิวิปัสสนากรรมฐานชื่อว่า "Manual of Vipassana Meditation" ใช้เวลาเพียง ๗ เดือนในการรจนาตำราเล่มนี้ ซึ่งเมื่อรวมทั้ง ๒ ภาค มีความหนาถึง ๘๕๘ หน้ากระดาษพิมพ์ และนับจากนั้นจวบจนถึงบัดนี้ มีเพียงบทที่ ๕ ของตำราเล่มนี้เท่านั้นที่ได้รับการแปลเป็นภาษาอังกฤษ ภายใต้ชื่อ "Practical Insight Meditation : Basic and Progressive Stages" จัดพิมพ์โดย Buddhist Publication Society

จากนั้นไม่นาน ชื่อเสียงของพระอาจารย์มหาสี สยาดอว์ ก็เลื่องลือไปทั่ว จนทราบไปถึงเซอร์ อู ตวิน รัฐบุรุษอาวุโสของพม่าผู้เป็นชาวพุทธ อู ตวิน ได้เชิญพระอาจารย์มหาสี สยาดอว์ ไปสั่งสอนธรรมที่สมาคมพุทธสาสนะนุคคหะในย่างกุ้ง และในปีถัดมา ก็ได้บริจาคที่ดิน ๕ เอเคอร์ที่พระนคร

---

[๓๒] สุภัทร์ อักษราชัยพฤกษ์, **๕๐ คุรุ จิตยุบพอง คำสอนพระมหาสี สยาดอว์,** [ออนไลน์] แหล่งที่มา : https://www.newheartawaken.com/guru/๓๖ [๑๕ ตุลาคม ๒๕๖๕].

ย่างกุ้ง เพื่อให้สมาคมจัดสร้างเป็นศูนย์วิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งในกาลต่อมาสถานที่แห่งนี้ก็คือที่ตั้งของสำนักวิปัสสนาสาสนยิกต้า

เพียงไม่กี่ปีหลังจากที่พระอาจารย์ มหาสี สยาดอว์ เดินทางเข้ามาสอนวิปัสสนากรรมฐานในพระนครย่างกุ้ง ก็มีการก่อตั้งศูนย์วิปัสสนากรรมฐานในลักษณะเดียวกันเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ อย่างกว้างขวาง จนมีจำนวนร้อยกว่าแห่ง ทั้งในประเทศพม่า และเผยแพร่ไปสู่ประเทศเพื่อนบ้านที่นับถือพุทธศาสนานิกายเถรวาท เช่น ประเทศไทยและศรีลังกาด้วย

พระอาจารย์ มหาสี สยาดอว์ ได้ทุ่มเทพละกำลังทั้งแรงกายและจิตใจเพื่อเผยแผ่พระพุทธธรรมจวบจนอายุถึง ๗๘ ปี ก็ละสังขารเมื่อวันที่ ๑๔ สิงหาคม ค.ศ. ๑๙๘๒ ด้วยอาการหัวใจวาย

วิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานแบบมหาสีสะยาดอ[๓๓]

ขั้นการเตรียมตัว

ผู้ใดประสงค์จะเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน และประสงค์ที่จะบรรลุวิปัสสนาญาณ ในชาติปัจจุบันนี้ แรกทีเดียวก็ต้องละทิ้งความคิดอันเป็นไปตามแบบโลกๆ และการกระทำแบบโลก ๆ ในชั่วขณะที่ปฏิบัติเสียก่อน และในเวลาเดียวกันนั้นเขาจะต้องรักษาศีลและเป็นศีลของคฤหัสถ์ หรือบรรพชิตก็ตาม (ถ้าเป็นพระก็ทำศีลให้บริสุทธิ์ ถ้าเป็นฆราวาสก็ต้องทำศีลให้บริสุทธิ์) การกระทำศีลให้บริสุทธิ์เป็นของสำคัญในการเจริญกัมมัฏฐาน และเป็นบันไดขั้นแรกของการเจริญกัมมัฏฐาน และเป็นปัจจัยอันสำคัญที่จะทำให้บรรลุวิปัสสนาญาณ ฉะนั้นโยคีจึงมีความจำเป็นที่จะต้องทำความแน่ใจในการกระทำของเขา เพื่อที่จะยังตัวเขาเองให้บริสุทธิ์ เพื่อบรรลุธรรมขั้นสูงต่อไป ต่างว่าโยคีจะพึงเคยคิดดูถูก หรือพูดตลก หรือเคยใส่ร้ายพระอริยเจ้า ตัวของโยคีเอง หรืออาจารย์ของโยคี พึงแก้ตัวหรือพาให้แก้ตัว (ขอขมาเสีย) ในอรรถกถาพรรณนาไว้ว่า โยคีพึงเข้ามอบตัวต่อพระพุทธเจ้าเมื่อเข้าปฏิบัติสิ่งที่ควรระมัดระวังก็คือ โยคีไม่พึงตกอกตกใจ หรือสะดุ้งในเมื่อได้เห็นอนิฏฐารมณ์ อารมณ์ที่ทำให้ไม่สบาย หรือเห็นนิมิตที่น่าตื่นเต้นตกใจ ในขณะที่กำลังเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน โยคีพึงกำหนดอารมณ์กัมมัฏฐานที่อาจารย์ได้สอนไว้แล้ว

ข้อสำคัญในเรื่องนี้ก็คือ อาจารย์ของโยคีพึงอธิบายให้โยคีฟังอย่างแจ่มแจ้งในการเจริญกัมมัฏฐาน อย่างนี้ และต้องแนะนำในสิ่งที่จำเป็นไว้ด้วย โยคีพึงมอบกายถวายตัวแด่พระพุทธเจ้า และแล้วดำเนินตามแบบที่อาจารย์ได้สอนเอาไว้ แม้ว่าแรกทีเดียว เขาจะไม่เชื่ออาจารย์ ทางที่ดีที่สุดก็คือโยคีพึงมีความเชื่อมั่นในตัวอาจารย์เสียก่อน ในการที่ท่านได้ให้คำแนะนำมานั้น พระนิพพานเป็นจุดหมายปลายทางและดีเยี่ยม มรรคคือ ทางดำเนินไปสู่พระนิพพาน เป็นทางอันประเสริฐและดีเลิศ ความคิดอย่างนี้ ความเข้าใจอย่างนี้จะเป็นหนทางนำโยคีเข้าสู่มรรคญาณ และนิพพานโดยแท้ โยคีพึง

---

[๓๓] Mahasi Sayadow, Venerable. **The Great Discourse on the Teaching of the Wheel of Dhamma,** Bangkok : Buddhadhamma Foundation, ๑๙๙๘. อ้างใน เอกสารโครงการฝึกปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน สำหรับพระสงฆ์ รุ่นที่ ๒๑, ๒๘ มกราคม – ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๔๖ (พุทธมณฑล : นครปฐม, ๒๕๔๖), หน้า ๔๖-๘๙. (อัดสำเนา).

น้อมจิตของตนไปตามแนวที่สุดนั้น เมื่อความเชื่อมีอย่างนี้การเจริญของเขาก็จะดำเนินไปสู่ความสำเร็จโดยสิ้นเชิง เพราะอาศัยการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานแบบนี้เอง พระพุทธเจ้าทั้งหลาย และพระอริยเจ้าทั้งหลายได้บรรลุพระนิพพาน ดังนั้นในการที่จะกระทำให้สงบลง โยคีพึงถือโอกาสดำเนินการปฏิบัติตามแบบของพระอริยเจ้านี้ อาศัยความคิด และความเข้าใจอย่างนี้เอง โยคีทั้งหลาย แรกทีเดียวต้องมอบกายถวายตัวแด่พระพุทธเจ้า โดยการรำลึกถึงพระพุทธคุณทั้ง ๙ ประการว่า ๑. เป็นพระอรหันต์ ๒. เป็นผู้ตรัสรู้เองโดยชอบ ๓. เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ ๔. เป็นผู้เสด็จไปดีแล้ว ๕. เป็นผู้รู้แจ้งโลก ๖. เป็นผู้หาใครเสมอเหมือนมิได้ ๗. เป็นสารถีผู้ฝึกบุรุษ ๘. เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ๙. เป็นผู้ตื่นแล้ว เบิกบานแล้ว จากนั้นโยคีพึงแผ่เมตตาแก่สัตว์ที่มีชีวิตทั้งหลายทั่วจักรวาล ถ้าหากจะเป็นไปได้เขาพึงระลึกถึงอสุภกัมมัฏฐาน มีซากศพที่เน่าเปื่อยเป็นต้น ที่เคยพบเคยเห็น เมื่อเริ่มเจริญกัมมัฏฐาน ทางที่ดีที่สุดก็ต้องนั่งขัดสมาธิ เพราะว่าโยคีจะรู้สึกสะดวกสบายกว่าที่จะต้องนั่งเป็นเวลานาน ถ้าหากโยคีพึงปล่อยขามิให้ขัดกันและกัน สำหรับโยคีผู้ไม่เคยนั่งบนพื้นอาจนั่งพิงก็ได้ตามความสะดวกของเขา และแล้วโยคีพึงกำหนดตามแบบฉบับเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานดังต่อไปนี้

๑) เริ่มต้นการปฏิบัติ โยคีพึงเอาใจมาจับกำหนดอยู่เฉพาะที่หน้าท้องจากนั้นโยคีพึงตามกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของมัน คือ การพองขึ้นและยุบลงของท้อง ถ้าหากว่าอาการเหล่านี้ไม่ค่อยชัดเจนในตอนแรก โยคีอาจใช้มือข้างหนึ่งหรือทั้งสองข้างมาวางที่หน้าท้อง ครั้นได้วางไว้แล้วจะเห็นอาการพองขึ้น เพราะการหายใจเข้าและจะเห็นการยุบลงเพราะการหายใจออก อาการนั้นจะชัดเจนยิ่งขึ้นทันที จากนั้นก็ใช้จิตเข้าไปกำหนดอาการพองขึ้นว่า “พองหนอ”และกำหนดอาการยุบลงว่า “ยุบหนอ”[๓๔] ในขณะที่มันพองขึ้นและยุบลงโยคีพึงกำหนดให้ชัดเจน แต่จังหวะขณะที่มันเกิดขึ้นบางทีโยคีอาจจะคิดว่าการกระทำแบบนี้ เป็นแต่เพียงวิธีที่จะให้กำหนดรู้รูปของท้อง มิใช่เพื่อที่จะให้รู้อาการที่มันพองขึ้นเสียจริง ๆ โยคีไม่พึงคิดอยู่ในความคิดอันนั้น พึงเลิกแล้วดำเนินต่อไป สำหรับโยคีผู้ปฏิบัติใหม่ มันเป็นวิธีที่ง่ายทีเดียวที่จะยั้งสติ สมาธิ และญาณให้อยู่ในอารมณ์แห่งการเจริญกัมมัฏฐาน พอโยคีได้ปฏิบัติไปหน่อย ลักษณะของอาการเคลื่อนไหวปราศจากรูป (นาม) ก็จะปรากฏชัดขึ้นมา ความสามารถในการที่จะกำหนดรู้รูปนามก็มีขึ้น รูปและนามก็จะปรากฏชัดใน อายตนะทั้ง ๖ แต่ละอายตนะได้ติดต่อ เมื่อได้เจริญวิปัสสนาสมบูรณ์แล้ว อย่างไรก็ตาม สำหรับโยคีผู้ปฏิบัติใหม่ สติและสมาธิก็จะยังอ่อนอยู่ มันเป็นการลำบากที่จะกำหนดอาการแต่ละอาการให้แจ่มแจ้งได้ โยคีอาจไม่สามารถรู้ได้ว่าจะกำหนดได้อย่างไร หรือไม่โยคีก็อาจจะลืมตามค้นหาอารมณ์ภายในของเขา อาการพองขึ้น และอาการยุบลงนั้นเป็นปัจจุบันเสมอ และไม่จำเป็นต้องแสวงหามัน มันเป็นการง่ายเหลือเกินสำหรับโยคีใหม่ที่จะตามกำหนดอารมณ์นี้ โยคีพึงตามกำหนดรู้อาการพองขึ้น และอาการยุบลงของหน้าท้อง ตามที่กล่าวมานี้ อาจพูดได้ว่ามันเป็นการจำเป็นอย่างยิ่ง ที่โยคีนั่งตามกำหนดอาการพองขึ้นและอาการยุบลงให้ทันปัจจุบันทุกขณะว่า “พองหนอ” ยุบหนอ” โยคีไม่ควรกล่าวด้วยปาก โยคีไม่ควรหายใจให้ยาวเกินหรือไวเกินเพื่อประสงค์ ที่จะทำให้อาการเคลื่อนไหว (พอง-ยุบ) ชัดเจนยิ่งขึ้น ถ้า

[๓๔] บุณชญา วิวิธขจร, “การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐานสี่ สำนักมหาสีสยาดอ: ในประเทศเมียนมาร์”, **วารสารสิรินธรปริทรรศน์,** ปีที่ ๑๘ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม-ธันวาคม ๒๕๖๐) : ๔๖.

หากโยคีจะพึงพยายามหายใจให้ยาว หรือหายใจให้ไวขึ้น โยคีก็จะรู้สึกเหนื่อย และไม่อยู่ในสภาพที่จะเจริญกัมมัฏฐานต่อไปได้ จำเป็นที่จะต้องทำความเข้าใจแจ่มแจ้งว่า โยคีพึงปฏิบัติกัมมัฏฐานตามกำหนดรู้อาการของท้องของเขาตามที่มันเป็นจริงตามธรรมดา หรือการหายใจตามธรรมดา ไม่ควรเพ่งจนร่างกายเกร็งผิดกว่าปกติ พองยุบจะไม่พึงปรากฏชัด ฉะนั้น โยคีพึงสังวรเรื่องนี้ให้มากจะไม่ลำบากในการกำหนดขัดต่ออารมณ์

ในขณะที่โยคีกำลังเจริญวิปัสสนาในการกำหนดรู้แต่ละขณะว่า "พองหนอ" "ยุบหนอ" นั้น ขณะจิตอื่นๆ ก็ย่อมเกิดขึนได้ เช่น ความคิด ความตั้งใจ ความเห็น ความนึกคิด เป็นต้น สิ่งเหล่านี้อาจเกิดขึ้นในขณะพองขึ้นหรือยุบลงก็ได้ ขณะจิตเหล่านี้ไม่อาจจะเพิกเฉยเสีย แต่ว่าโยคีจำต้องรีบกำหนดตามในขณะที่เกิดขึ้นทันที การที่จะเข้าไปกำหนดนั้น ย่อมกำหนดตามอาการที่มันเกิดขึ้น ดังตัวอย่างเช่น ถ้าท่านนึกคิดพึงตามกำหนดทันทีว่า "คิดหนอ" ถ้าท่านคิดถึงบางสิ่งบางอย่าง พึงตามกำหนดว่า "คิดถึงหนอ" ถ้าท่านเห็นแสงก็พึงกำหนดว่า "เห็นหนอ" ถ้าท่านตั้งใจก็ให้กำหนดว่า "ตั้งใจหนอ" ถ้าท่านเข้าใจก็ให้กำหนดว่า "เข้าใจหนอ" เป็นต้น ถ้าท่านพบว่าจิตของท่านทิ้งอารมณ์กัมมัฏฐานเสียแล้วเที่ยวไป พึงกำหนดว่า "เที่ยวหนอ" ถ้าหากว่าจะมีปรากฏในมโนภาพของท่านว่าท่านไปสู่สถานที่ใด ๆ พึงกำหนดว่า "ไปหนอ" ถ้าไปถึงที่ก็ให้กำหนดว่า "ถึงหนอ" ถ้าพบคนก็ให้กำหนดว่า "พบหนอ" (หรือเห็นหนอ) ถ้าพูดกับเขาก็ให้กำหนดว่า "พูดหนอ"ถ้าถกเถียงกับเขาก็ให้กำหนดว่า "ถกเถียงหนอ" ถ้าได้เห็น รูป แสง หรือ สี เป็นต้น พึงกำหนดว่า "เห็นหนอ" การกำหนดดังกล่าวมานี้พึงกำหนดไปจนกระทั่งนิมิต หรืออารมณ์นั้นหายไป ครั้นนิมิตนั้นหายไปแล้ว ท่านก็รีบกลับมากำหนดต่อไปว่า "พองหนอ" "ยุบหนอ" (อารมณ์หลัก) เป็นปกติ โดยปราศจากการหยุดพัก

ในขณะที่ท่านเจริญกัมมัฏฐานอยู่นั้น ถ้าท่านอยากจะกลืนน้ำลาย ก็ให้กำหนด ว่า "อยากหนอ" "อยากหนอ" "อยากหนอ" และในขณะที่กลืนก็ให้กำหนดว่า "กลืนหนอ" "กลืน หนอ" และถ้าท่านอยาจะถ่มน้ำลายก็ให้กำหนดว่า "อยากหนอ" "อยากหนอ" "อยากหนอ" และในขณะที่ถ่มก็ให้กำหนดว่า "ถ่มหนอ" และแล้วก็ให้กลับมากำหนดรู้ที่ "พองหนอ" "ยุบหนอ" ตามปกติ ถ้าท่านอยากก้มคอลงก็ให้กำหนดว่า "อยากหนอ" "อยากหนอ" ในขณะก้มลง ก็ให้กำหนดว่า "ก้มหนอ" "ก้มหนอ" "ก้มหนอ" และเมื่อท่านอยากจะเงยคอขึ้นก็ให้กำหนดว่า "เงยหนอ" "เงยหนอ" "เงยหนอ" อาการที่ก้มลงและเงยคอขึ้นต้องทำอย่างช้ามาก ๆ หลังจากทำอย่างนั้นแล้วก็ให้รีบกลับมากำหนด "พองหนอ" "ยุบหนอ" อีกเช่นเคย

ในขณะที่โยคีกำลังเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานอยู่ในท่าใดท่าหนึ่ง (นั่งหรือนอน) เป็นเวลายาวนาน โยคีอาจเกิดความรู้สึกอย่างหนึ่งขึ้น เช่น รู้สึกเหนื่อย หรือรู้สึกแข็งทื่อในร่างกาย หรือในอวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่ง ในกรณีเช่นนั้น โยคีพึงกำหนดใจปักลงไปยังที่ที่ความรู้สึกนั้นเกิดขึ้น แล้วกำหนดเป็นอารมณ์ของกัมมัฏฐานต่อไป เช่นว่า "เมื่อยหนอ" "เหนื่อยหนอ" "เมื่อยหนอ" หรือ "แข็งทื่อหนอ" ในอาการสม่ำเสมอไม่ให้เร็วเกินไป และไม่ให้ช้าเกินไป ตามปกติแล้วความรู้สึกอย่างนั้นอาจทวีขึ้นทุกทีๆ จนกระทั่งโยคีไม่สามารถจะทนต่อไปได้ ในกรณีเช่นนั้น ถ้าโยคีอยากจะเปลี่ยนท่าทางของเขาใหม่ แรกทีเดียวโยคีต้องกำหนดว่า "อยากหนอ" "อยากหนอ" "อยากหนอ" แล้วก็เริ่มเปลี่ยนท่าทางต่อไป และในเวลาเปลี่ยนนั้น พึงตามกำหนดไปอย่าให้ขาดระยะ ดังตัวอย่างเช่น ถ้าท่านต้องการจะยกแขนหรือขา พึงกำหนดว่า "อยากหนอ" "อยากหนอ" "อยากหนอ" ในขณะที่

ยกแขนขึ้นก็ให้กำหนดว่า "ยกหนอ" "ยกหนอ" "ยกหนอ" ในขณะที่เหยียดออกก็กำหนดว่า "เหยียดหนอ" "เหยียดหนอ" "เหยียดหนอ" ในขณะที่คู้ก็กำหนดว่า "คู้หนอ" "คู้หนอ" "คู้หนอ" ในขณะที่วางลงก็ให้กำหนดว่า "วางลงหนอ" "วางลงหนอ" ในขณะที่ถูกพื้น หรือถูกกอะไรก็ให้กำหนดว่า "ถูกหนอ" "ถูกหนอ" "ถูกหนอ" การกำหนดทั้งหมดนี้ พึงกำหนดอย่างช้า ๆ พอโยคีได้เปลี่ยนท่าทางเสร็จเรียบร้อยแล้ว พึงรีบกลับมาเจริญกัมมัฏฐาน กำหนด "พองหนอ" "ยุบหนอ" ต่อไปอีก และถ้าในท่าใหม่ของเขานั้นมีความร้อนในร่างกายของเขา และเขาอยากจะเปลี่ยนท่าทางของเขาใหม่อีก โยคีพึงกำหนดตามแบบของกัมมัฏฐานในทำนองเดียวกันกับที่กล่าวมาแล้ว ถ้าหากว่าโยคีจะพึงรู้สึกคัน ในส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายเขา พึงกำหนดใจปักลงไปยังที่ที่มันคัน แล้วกำหนดว่า "คันหนอ" "คันหนอ" "คันหนอ" ให้สม่ำเสมอไม่ให้เร็วนักและไม่ให้ช้านัก ถ้าหากว่าการคันนั้นจะพึงหายไปเพราะการกำหนดนั้น โยคีพึงรีบกลับมาเจริญกัมมัฏฐาน กำหนดว่า "พองหนอ" "ยุบหนอ" ต่อไปอีก อย่างไรก็ตามถ้าหากโยคีจะพึงรู้สึกว่าการคันนั้นจะคันหนักขึ้น ไม่สามารถจะทนต่อไปได้ และเขาตั้งใจจะเกาตรงที่คันนั้น แรกทีเดียวเขาจะพึงกำหนดจิต ลงที่ความตั้งใจของเขาว่า "อยากหนอ" "อยากหนอ" "อยากหนอ" แล้วเขาพึงค่อยยกแขนขึ้นอย่างช้า ๆ แล้วกำหนดว่า "ยกหนอ" "ยกหนอ" เมื่อมือเขาถูกตรงที่คันพึงกำหนดว่า "ถูกหนอ" "ถูกหนอ" แล้วเขาพึงเกาที่คันพึงกำหนดว่า "เกาหนอ" "เกาหนอ" "เกาหนอ" เมื่อหายคันแล้วเขาต้องการจะเลิกเกาเขาพึงกำหนดว่า "อยากหนอ" "อยากหนอ" "อยากหนอ" แล้วพึงยกมือกลับมาอย่างช้าๆ และในขณะนั้นพึงตามกำหนดว่า "กลับหนอ" "กลับหนอ" "กลับหนอ" เมื่อมือเคลื่อนมาถึงที่เดิมแล้ว และเมื่อถูกขาพึงกำหนดว่า "ถูกหนอ" "ถูกหนอ" จากนั้นโยคีพึงตามกำหนดอารมณ์เดิมต่อไปว่า "พองหนอ" "ยุบหนอ" ถ้าหากโยคีจะพึงรู้สึกเจ็บปวดอื่น ๆ ขึ้นมา เขาพึงใช้จิตเข้าไปกำหนดตรงที่ปวดนั้น แล้วกำหนดในใจว่า "ปวดหนอ" "ปวดหนอ" "ทุกข์หนอ" "ทุกข์หนอ" "เจ็บหนอ" "เจ็บหนอ" "กระวนกระวายหนอ" "กระวนกระวายหนอ" "เมื่อยหนอ" "เมื่อยหนอ" "วิงเวียนหนอ" "วิงเวียนหนอ" เป็นต้น[๓๕] และการกำหนดนั้นพึงกำหนดให้สม่ำเสมอไม่ให้ช้าเกินไปและไม่ให้เร็วเกินไป โยคีอาจรู้สึกว่าการปวดนั้นหายไปในขณะต่อมา หรืออีกอย่างหนึ่ง การปวดนั้นอาจหนักขึ้นก็ได้ ถ้าการปวดนั้นจะพึงหนักขึ้นแล้ว โยคีไม่ต้องตกใจ พึงกำหนดต่อไปเรื่อย ๆ เป็นปกติ ถ้าโยคีตามกำหนดต่อไป การปวดนั้นก็จะหยุด และถ้าหากว่าโยคีจะพึงพบว่ายิ่งกำหนดเท่าไรการปวดก็ยิ่งทวีขึ้นทุกที และไม่สามารถจะทนต่อไปได้ โยคีพึงเพิกเฉยไม่เอาใจใส่หรือลืมมันเสียแล้วกำหนดต่อไปว่า "พองหนอ" "ยุบหนอ" ในกรณีที่โยคีอาจจะพบความเจ็บปวดขนาดที่ทนไม่ได้ พอเขาได้บรรลุลำดับญาณในสมาธิของเขา ตอนนั้นโยคีอาจรู้สึกหายใจไม่ออก หรือ อาจรู้สึกทื่อ หรืออาจรู้สึกเสียวแปลบ เหมือนกับถูกของแหลมแทง หรืออาจรู้สึกไม่สบายคล้าย ๆ กับแมลงเล็กๆ ไต่ทั่วร่างกาย ตอนนั้น เขาอาจจะรู้สึกคันหรือรู้สึกถูกกัด หรือรู้สึกหนาว เป็นต้น พอโยคีเลิกกำหนดความรู้สึกเจ็บปวดก็อาจจะหยุดทันที และพอเขาเริ่มปฏิบัติต่อไปอีก เขาอาจรู้สึกอย่างนั้นอีก ในขณะที่เขาได้สมาธิ ความจริงแล้ว ความรู้สึกอย่างนี้มิใช่

[๓๕] บุณชญา วิวิธขจร, "การปฏิบัติและการสอบอารมณ์กรรมฐานตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาทในประเทศเมียนมาร์", **รายงานวิจัย,** (สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๐), หน้า ๗๑.

ความเจ็บปวดแท้จริง หรือมิใช่โรคใด ๆ ทั้งสิ้น มันเป็นองค์ประกอบ (ญาณ) ปกติ และปกติก็จะต้องปรากฏในร่างกาย ตามปกติแล้วตอนนี้จิตย่อมกำหนดอารมณ์ได้ชัดเจนจริง อารมณ์หลอกเหล่านี้ย่อมจะมีมาเสมอ เมื่อโยคีเจริญต่อ ๆ ไป ญาณก็แก่ขึ้น ๆ ดังนั้นโยคีจึงสามารถกำหนดรู้ความรู้สึกอันนี้ และจนโยคีได้ทราบชัดแล้วอาการเหล่านั้นก็จะหายไป อาศัยการเจริญต่อไปอย่างไม่หวั่นไหว โยคีจะไม่มีอันตรายใด ๆ เลย ถ้าโยคีพึงรู้สึกกลัว หรือรู้สึกตัวโยก ในขณะที่เจริญอยู่ โยคีพึงพยายามตอสู้มันอยู่เรื่อยๆ ไปอีกบ่อยๆ ขณะนั้น สภาวญาณของเขาก็จะแก่กล้าขึ้น อย่างไรก็ตาม ถ้าแม้ว่าเขาจะพึงเจริญต่อไปไม่หยุดหย่อน เขาจะเอาชนะความรู้สึกเจ็บปวดอันนี้ได้ จากนั้นเขาก็จะสามารถข้ามพ้นจากอารมณ์นี้ อาศัยการเจริญของโยคีนั่นเอง

ถ้าโยคีอยากจะเอนกาย โยคีพึงกำหนดว่า “อยากหนอ” “อยากหนอ” และในขณะที่เขาเอนกายก็กำหนดว่า “เอนหนอ” “เอนหนอ” ในบางครั้งมันอาจจะเกิดแก่โยคีในขณะที่กำลังเจริญอยู่นั้น กายของเขาเอนลง และโยกไปโยกมา โยคีไม่พึงตกใจ หรือเดือดร้อนอะไรเลย โยคีควรจะดีใจและต้องการอาการอย่างนั้น อีกอย่างหนึ่งโยคีพึงกำหนดในใจว่าอาการอย่างนี้จะหยุด ถ้าหากเขา พึงกำหนดอาการนี้ทันทีว่า “เอนหนอ” “เอนหนอ” “เอนหนอ” ในอาการปกติไม่ช้าเกินไป และไม่เร็วเกินไป จนกว่าอาการเอนนั้นจะหายไป ถ้าเขาพบว่าอาการนั้นยิ่งทวีคูณขึ้น เมื่อเขาตามกำหนด โยคีพึงเปลี่ยนวิธีโดยกำหนดในใจว่า เขาจะพิงฝาผนัง หรือ พิงต้นเสา หรือนอนลงบนเตียงนอนของเขา และเริ่มกำหนดกัมมัฏฐานต่อไป โยคีพึงปฏิบัติแบบเดียวกันนี้ ถ้าหากเขาพบว่าร่างกายของเขาสั่นหรือสะเทือน ในเมื่อสภาวะญาณของเขาแก่กล้าขึ้น เขาอาจจะพบว่าเขารู้สึกเสียวซ่านทั่วกาย หรืออาจรู้สึกหนาวสะท้านด้านหลัง หรือทั่วร่างกาย ข้อนี้มิใช่อะไร แต่เป็นตัวปีติ ซึ่งจะต้อง เกิดขึ้นเมื่อถึงลำดับญาณที่จะต้องเกิดขึ้น ในขณะจิตจับอยู่ในอารมณ์นั้น โยคีอาจจะสะดุ้ง ตกใจ แม้แต่ในเสียงค่อยๆ ข้อนี้เป็นเพราะโยคีได้เจริญสมาธิ ทำให้ผัสสะผ่องใสยิ่งขึ้นเสียกว่าอยู่ในขั้นของสมาธิดี โยคีพึงกำหนดเสียก่อน ก่อนที่โยคีจะเปลี่ยนท่าทางใหม่ มีการเปลี่ยนกายและอวัยวะอื่น ๆ และพึงทำตามกำหนดให้ติดต่อ และพึงทำไปอย่างช้า ๆ

ในขณะที่เขากำลังเจริญอยู่นั้น โยคีรู้สึกกระหายน้ำ โยคีพึงตามกำหนดทันทีว่า “กระหายหนอ” “กระหายหนอ” ถ้าเขาอยากยืนขึ้นก็ให้กำหนดว่า “อยากหนอ” “อยากหนอ” แล้วให้ตามกำหนดแต่ละอิริยาบถในการเตรียมตัวจะยืน เขาพึงกำหนดใจไว้ในเพียงอาการยืน แล้วกำหนดว่า “ยืนหนอ” “ยืนหนอ” เมื่อเขายืนขึ้นได้ และพอยืนได้ตรงเท่านั้น พึงกำหนดตามขณะมอง ว่า “มองหนอ” “มองหนอ” ขณะเห็นว่า “เห็นหนอ” “เห็นหนอ” เมื่อเขาก้าวไปข้างหน้า พึงตามกำหนดแต่ละก้าวว่า “เดินหนอ” “เดินหนอ” หรือ “ขวาย่างหนอ” “ซ้ายย่างหนอ” การที่ดำเนินไปก็ต้องตามรู้ในขณะเดินทุก ๆ ก้าว จากเริ่มจนที่สุด (เริ่มก้าวและก้าวไปแล้ว) ต้องปฏิบัติแบบเดียวกันเอง เมื่อโยคีเดินจงกรม หรือเดินอย่างอื่น โยคีพึงกำหนดให้ได้ ๒ ระยะ คือ “ยกหนอ” “เหยียบหนอ” “ยกหนอ” “เหยียบหนอ” และถ้าได้ฝึกอย่างนั้นจนได้ความพอใจแล้ว ก็ต้องกำหนดให้ได้ ๓ ระยะต่อไป เช่น “ยกหนอ” “ย่างหนอ” “เหยียบหนอ” ในขณะที่ยกขึ้น ย่างไปและเหยียบลง เมื่อโยคีมองที่หม้อน้ำ (หรือภาชนะน้ำ) พอมองเห็นเท่านั้น โยคีพึงกำหนดว่า“เห็นหนอ” “เห็นหนอ” เมื่อหยุดอยู่พึงกำหนดว่า “หยุดหนอ” “หยุดหนอ” เมื่อเหยียดแขนพึงกำหนดว่า “เหยียดหนอ” “เหยียดหนอ” เมื่อมือถูกถ้วยกำหนดว่า “ถูกหนอ” “ถูกหนอ” เมื่อจับถ้วยกำหนดว่า “จับหนอ” “จับหนอ” เมื่อตักน้ำ

กำหนดว่า “ตักหนอ” “ตักหนอ” เมื่อมือนำน้ำมาใส่ปาก กำหนดว่า “มาหนอ” “มาหนอ” เมื่อถ้วยถูกริมฝีปาก กำหนดว่า “ถูกหนอ” เมื่อรู้สึกเย็น กำหนดว่า “เย็นหนอ” “เย็นหนอ” เมื่อกลืนก็กำหนดว่า “กลืนหนอ” “กลืนหนอ” เมื่อยกถ้วยกลับก็กำหนดว่า “กลับหนอ” “กลับหนอ” เมื่อปล่อยมือก็กำหนดว่า “ปล่อยหนอ” “ปล่อยหนอ”เมื่อวางมือก็กำหนดว่า “วางหนอ” “วางหนอ” เมื่อมือถูกตัวกำหนดว่า “ถูกหนอ” “ถูกหนอ” เมื่อต้องการอยากหมุนถ้วย กำหนดว่า “อยากหนอ” “อยากหนอ” เมื่อหมุนถ้วยก็กำหนดว่า“หมุนหนอ” “หมุนหนอ” เมื่อก้าวไปข้างหน้าก็กำหนดว่า “ขวาย่าง” “ซ้ายย่าง” เมื่อถึงที่ต้องการหยุด กำหนดว่า “อยากหนอ” “อยากหนอ” เมื่อหยุดก็กำหนดว่า “หยุดหนอ” “หยุดหนอ” ถ้าเขายืนชั่วครู่ เขาพึงกำหนดกัมมัฏฐานของเขาต่อไปว่า “พองหนอ” “ยุบหนอ” ถ้าต้องการนั่ง กำหนดว่า “อยากหนอ” “อยากหนอ” เมื่อเดินไปสู่ที่นั่งก็กำหนดว่า “ขวาย่าง” “ซ้ายย่าง” เมื่อถึงที่ “ถึงหนอ” เมื่อกลับจะนั่งก็กำหนดว่า “กลับหนอ” “กลับหนอ” เมื่ออยากนั่งก็กำหนดว่า “อยากหนอ”“อยากหนอ” เมื่อนั่งก็กำหนดว่า “นั่งหนอ” “นั่งหนอ” และต้องนั่งลงอย่างช้า ๆ จิตกำหนดที่การนั่งนั้น และจำต้องใช้จิตเข้าไปกำหนดทุกอิริยาบถที่เขากระทำ มีขาและมือ เป็นต้น แล้วต้องกลับไปเจริญกัมมัฏฐานต่อไปว่า “พองหนอ” “ยุบหนอ” เมื่อโยคีต้องการนอนจงกำหนดว่า “อยากหนอ”“อยากหนอ” และพึงกำหนดทุก ๆ ท่าที่เขาทำในขณะที่เขานั่งลง เช่นว่า “ยกหนอ” “ยกหนอ” “เหยียดหนอ” “เหยียดหนอ” “พิงหนอ” “พิงหนอ” เป็นต้น เมื่อนอนก็กำหนดว่า “นอนหนอ” “นอนหนอ” เมื่อถูกหมอนก็กำหนดว่า “ถูกหนอ” “ถูกหนอ” และโยคีพึงกำหนดทุก ๆ ท่าที่เคลื่อนไหว ยกมือ ยกขาให้เข้าที่ การกระทำเหล่านี้พึงทำอย่างช้า ๆ แล้วพึงกำหนดในแบบเดิมว่า “พองหนอ” “ยุบหนอ” ถ้าเขารู้สึกปวด รู้สึกร้อน รู้สึกเมื่อย รู้สึกคัน หรือรู้สึกอย่างอื่น โยคีพึงตามกำหนดความรู้สึกนั้น ๆ พึงกำหนดให้เป็นอารมณ์ ในอาการกิริยาต่าง ๆ มีการกลืน การถ่มน้ำลาย การรู้สึกปวด และความรู้สึกอื่น ๆ ที่คิดขึ้น เช่น ความคิด ความเห็น การตัดสินใจ การเห็นนิมิต เป็นต้น และการเคลื่อนไหวของแขนขา และ ร่างกายทุก ๆ ส่วน จะต้องทำเหมือนกันกับเวลานั่งเจริญกัมมัฏฐาน ถ้าไม่มีอะไรจะปรากฏขึ้น โยคีพึงกำหนดธรรมดา มีว่า “พองหนอ” “ยุบหนอ” เรื่อยไป ถ้าเขารู้สึกง่วง พึงกำหนดว่า “ง่วงหนอ” “ง่วงหนอ” เมื่อเขารู้สึกว่าสะลึมสะลือ พึงกำหนดว่า “สะลึมสะลือหนอ” “สะลึมสะลือหนอ” พอโยคีมีสมาธิแก่กล้าขึ้นมาโยคีจะพบได้ว่าความง่วงนอนและความรู้สึกสะลึมสะลือนั้นจางหายไป แล้วจะมีความรู้สึกสดชื่นขึ้นมาอีก และแล้วโยคีก็ต้องดำเนินกำหนดต่อไปว่า “พองหนอ” “ยุบหนอ” แม้ว่าบางทีเขาอาจไม่สามารถเอาชนะความรู้สึกสะลึมสะลือได้ ก็ไม่ต้องลดละ กำหนดต่อไปจนหลับ การหลับนั้น มิใช่อะไรอื่น แต่เป็นภวังคะ สันตานะ มันมีลักษณะเหมือนกันกับเมื่อฟื้นสติใหม่ ๆ และเหมือนกันกับสติในขณะที่ตาย (จะตาย) วาระของจิตตอนนี้อ่อนมาก และไม่เป็นสภาพที่จะรู้อะไรได้ ในเมื่อตื่นอยู่ ภวังคะเกิดขึ้นระหว่างขณะเห็น ขณะได้ยิน ขณะคิด เป็นต้น แต่ว่าขณะของสตินี้เมื่อเกิดขึ้น โดยธรรมชาติแล้วไม่นานเลย โดยปกติจะแจ่มแจ้งชัดเจน วาระของภวังคะนี้จะมีอยู่นานในขณะที่หลับอยู่ และดังนั้น มันจึงจะมองเห็นได้ชัดเจนในระยะที่หลับนั้นจะทำการกำหนดไม่ได้ พอตื่นขึ้นมา โยคีพึงกำหนดทันทีในขณะตื่นขึ้น โดยกำหนดว่า “ตื่นหนอ” “ตื่นหนอ” สำหรับโยคีใหม่อาจไม่สามารถกำหนดในขณะที่ตื่นได้ แต่เขาก็ต้องกำหนดเมื่อนึกขึ้นมาได้ ตัวอย่างเช่น เมื่อเขารู้ตัวอยู่ว่า เขากำลังนึกอยู่ เขาพึงรีบกำหนดทันที เช่นว่า “นึกหนอ” “นึกหนอ” แล้วก็ดำเนินกำหนดต่อไปว่า “พองหนอ” “ยุบหนอ” และต้องตามกำหนดทุก ๆ ขณะ เมื่อหันกลับ เมื่อเอนกาย เมื่อตั้งกายให้ตรง เป็นต้น กาย มือ เท้า เมื่อ เคลื่อนไหวจะต้องตาม

กำหนด ถ้าเขาคิดถึงเวลาอะไรก็พึงกำหนดว่า "คิดหนอ" "คิดหนอ" ถ้าอยากลุกขึ้นกำหนดว่า "อยากหนอ" "อยากหนอ" ถ้าเขาเตรียมตัวในการที่จะลุกขึ้น กำหนดว่า "เตรียมตัวหนอ" "เตรียมตัวหนอ" ในขณะที่ลุกขึ้น กำหนดว่า "ลุกหนอ" "ลุกหนอ" อย่างช้าๆ เมื่อนั่งก็กำหนดว่า "นั่งหนอ" "นั่งหนอ" ถ้านั่งนานโยคีพึงกำหนดต่อไปว่า "พองหนอ" "ยุบหนอ".[๓๖]

ในขณะที่โยคีกำลังเจริญในอารมณ์ปกติของกัมมัฏฐาน ในการเคลื่อนไหวของอวัยวะของร่างกาย เขาไม่จำเป็นต้องยุ่งเกี่ยวกับวัตถุต่างๆ (อารมณ์ต่างๆ) มีการเห็น และการฟัง เป็นต้น นานเท่านานเท่าที่เขาสามารถปักใจกำหนดความเคลื่อนไหว มีการ "พองหนอ" "ยุบหนอ" เป็นอาทิ อาจจะสมมุติว่า ความตั้งใจในการที่จะกำหนดใจปักลงเพียงในจุดใดจุดหนึ่ง มีการได้เห็นและการได้ฟังเท่านั้น ก็ยังเป็นประโยชน์ อย่างไรก็ตาม โยคีอาจจะตั้งใจคอยนิมิต แล้วเขาพึงรีบกำหนดทันทีในขณะที่เห็นว่า "เห็นหนอ" "เห็นหนอ" สองหรือสามครั้ง แล้วรีบดำเนินต่อไปว่า "พองหนอ" "ยุบหนอ" ถ้าว่าจะมีใคร (ชายหรือหญิง) พึงเข้ามาปรากฏในนิมิตของเขา ก็พึงรีบกำหนดว่า"เห็นหนอ" "เห็นหนอ" สองหรือสามครั้ง แล้วรีบดำเนินกำหนดต่อไปว่า "พองหนอ" "ยุบหนอ" ถ้าหากว่าเขาได้ยินเสียงอะไร ๆ ก็พึงกำหนดว่า "ฟังหนอ" "ได้ยินหนอ" "ฟังหนอ" "ได้ยินหนอ" และแล้วก็รีบกำหนดต่อไปตามแบบเดิมว่า "พองหนอ" "ยุบหนอ" ถ้าเขาจะได้ยินเสียงดังมาก เช่น เสียงสุนัข เสียงพูด หรือเสียงเพลง เป็นต้น เขาพึงรีบกำหนดทันทีว่า "ได้ยินหนอ" "ได้ยินหนอ" สองหรือสามครั้งแล้วก็กำหนดต่อไปว่า "พองหนอ" "ยุบหนอ" ถ้าหากเขาพลาด (ลืม) ในการกำหนดรูป (นิมิต) หรือเสียงตามที่มันเกิดขึ้นแตกต่างกันนั้น เขาอาจจะเริ่มใหม่ กำหนดถึงความนึกคิดเกี่ยวกับอารมณ์เหล่านั้น แล้วก็ดำเนินต่อไปกับการเข้าไปกำหนด มีว่า "พองหนอ" "ยุบหนอ" ซึ่งอาจจะอ่อนลงและไม่ชัดเจนดี เมื่อเป็นเช่นนี้ กิเลสก็จะเข้ามากัน และแผ่อำนาจกว้างออกไป ถ้าหากว่าความนึกคิดอย่างนี้เกิดขึ้น โยคีพึงรีบกำหนดว่า "คิดหนอ" "คิดหนอ" สองหรือสามครั้ง แล้วดำเนินการเจริญต่อไปว่า "พองหนอ" "ยุบหนอ" ถ้าในขณะที่ร่างกายของเขาไหวติง หรืออวัยวะส่วนใดไหวติง และเขาลืมกำหนด หรือเขาเพิกเฉยในการกำหนดนั้นเสีย เขาเพียงตั้งใจกำหนดว่า"ลืมหนอ" "ลืมหนอ" และแล้วก็ดำเนินการเจริญต่อไปตามแบบเดิม บางครั้งเขาอาจ รู้สึกว่าการหายใจของเขาช้าลง อาการเคลื่อนไหวของพองและยุบก็ไม่ชัดและอ่อนลง ในเรื่องนี้ โยคีพึงกำหนดเปลี่ยนใหม่ อาจเป็น "นั่งหนอ" "ถูกหนอ" ก็ได้ ถ้าเขาอยู่ในอาการนั่ง หรือจะกำหนดว่า"นอนหนอ" "ถูกหนอ" ก็ได้ ถ้าเขาอยู่ในอาการนอน ในขณะที่กำหนดว่า "ถูกหนอ" นั้น เขาไม่พึงปักใจลงในที่เดิม แต่ว่าให้ กำหนดเปลี่ยนที่ไปเรื่อย ๆ อาจเป็นอย่างน้อย ๖ ที่หรือ ๗ ที่ ก็ได้

ครั้นโยคีได้ใช้เวลาปฏิบัตินานพอสมควรแล้ว โยคีอาจจะรู้สึกขี้คร้านในงานนั้น เมื่อโยคีมาคิดดูว่า ไม่มีอะไรดีเกิดขึ้นในการฝึกหัดอย่างนี้ โยคีพึงรีบกำหนดข้อนั้นทันทีว่า"ขี้คร้านหนอ" "ขี้คร้านหนอ" ก่อนโยคีจะมีสติ สมาธิ และญาณแก่กล้าขึ้น โยคีอาจสงสัยในการดำเนินถูกหรือผิด และผลของการเจริญแบบนี้ ในกรณีเช่นนี้ โยคีพึงรีบกำหนดว่า รู้สึก "สงสัยหนอ" "สงสัยหนอ"

---

[๓๖] พระมหาบุญเลิศ ธมฺมทสฺสี, นงเยาว์ หนูไชยะ ณ กาฬสินธุ์ และ พรรณราย ชูเลิศ, "ศึกษาปรากฏการณ์วิธีการสอน ศึกษาปรากฏการณ์วิธีการสอน วิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐานสี่ในปัจจุบัน", **รายงานวิจัย**, หน้า ๖๖-๖๗.

ในขณะนั้นเขาอาจหวังหรือปรารถนาผลอันดี ในกรณีนี้โยคีพึงรีบกำหนดว่า “หวังหนอ” หรือ “ปรารถนาหนอ” ในขณะนั้นเขาอาจพยายามฟื้นความจำ หรือคิดถึงชนิด หรือวิธีการปฏิบัติของเขา ในกรณีเช่นนี้ โยคีพึงรีบกำหนดว่า “จำหนอ” หรือ “คิดหนอ” ในขณะนั้น โยคีอาจพยายามพิสูจน์ว่าอารมณ์ที่เขากำหนดอยู่นั้น เป็นรูป หรือเป็นนาม ในกรณีเช่นนี้ โยคีพึงตามกำหนดว่า “ทดสอบหนอ” “ทดสอบหนอ” (หรือตรวจหนอ ตรวจหนอ) และแล้วเขาก็รู้สึกเสียใจมาก เพราะว่าเขาไม่ได้พบว่าเขาได้รับอะไรในการปฏิบัติ ในกรณีเช่นนี้ โยคีพึงกำหนดว่า “เสียใจหนอ” “เสียใจหนอ” บางครั้งเขาอาจจะรู้สึกดีใจ เมื่อเขาคิดว่า ในการเจริญของเขานั้น เขาได้กำไรมากในกรณีเช่นนั้น โยคีพึงตามกำหนดว่า “ดีใจหนอ” “ดีใจหนอ” ในกรณีใด ๆ ก็ตาม โยคีพึงตามกำหนดวาระของจิตทุก ๆ อย่างที่มันเกิดขึ้นตามความเป็นจริง และแล้วก็ดำเนินเจริญต่อไปว่า “พองหนอ”“ยุบหนอ” ระยะเวลาที่เจริญกัมมัฏฐานนี้ ให้ นับตั้งแต่ตื่นขึ้นมาจนหลับไปอีก ดังนั้นโยคีจึงชื่อว่าได้เจริญกัมมัฏฐานตลอดวันและคืน จะต้องไม่มีการหยุดพักผ่อนเป็นอันขาด พอบรรลุญาณแต่ละขั้น โยคีจะไม่รู้สึกง่วงนอนเลย และจะสามารถเจริญกัมมัฏฐานตลอดวันและคืนได้

บทสรุป

๑. ควรกำหนดเฉพาะอาการพอง - อาการยุบเท่านั้น คือ อาการพองให้กำหนดว่า “พองหนอ” อาการยุบให้กำหนดว่า “ยุบหนอ”

๒. การกำหนดอาการพอง - อาการยุบของท้องที่พองขึ้น และยุบลงนั้น มีพระบาลีแสดงไว้ว่า “อุนฺนมติ พองขึ้น โอนมติ ยุบลง”

๓. ไม่ควรเอาใจใส่ลมหายใจเข้า - ลมหายใจออก

๔. ไม่ควรเอาใจใส่อาการพอง-อาการยุบ ติดเนื่องกันกับลมหายใจเข้า–ลมหายใจออก

๕. การกำหนดอาการพอง - อาการยุบ ให้เป็นไปตามปกติ ถ้าพอง - ยุบเร็ว พึงกำหนดเร็ว พอง-ยุบช้า ก็พึงกำหนดช้า

๖. การกำหนด ให้เอาสติแนบไปพร้อมกับอาการพอง - อาการยุบ

๗. ไม่ควรกลั้นลมหายใจจนรู้สึกอึดอัด ทำให้เหนื่อย ทำให้ฟุ้งซ่าน อาการพอง– อาการยุบไม่ค่อยปรากฏ

๘. การกำหนดอาการพอง - อาการยุบอยู่นั้น หากการเจ็บ ปวด เมื่อย หรือ การนึก คิด มีขึ้น พึงกำหนด เจ็บหนอ เจ็บหนอ เป็นต้น เจ็บปวดหายไปแล้ว พึงกลับมากำหนดพองหนอ-ยุบ หนอต่อไป หรือ นึกคิดหายไปแล้ว กลับมากำหนดพองหนอ - ยุบหนอ ต่อไป (ถือว่าพอง - ยุบเป็นหลัก) หรืออย่างไรก็ตาม ถ้าอารมณ์ไหนชัดเจน พึงกำหนดอารมณ์นั้น เมื่ออารมณ์นั้นๆ หายไปแล้ว จึงกลับมากำหนดพองหนอ - ยุบหนอ อย่างนี้เรื่อยไป

๙. การกำหนด ขวาย่างหนอ - ซ้ายยางหนอ เป็นต้น ถ้าเจ็บ ปวด เมื่อย พึงกำหนด เจ็บหนอ - เจ็บหนอ เมื่อยหนอ - เมื่อยหนอ เป็นต้น เมื่อหายไปแล้วพึงกลับมากำหนด ขวาย่างหนอ- ซ้ายย่างหนอ อย่างนี้เรื่อยไป หรือขณะเดินจงกรมกำหนด ขวาย่างหนอ - ซ้ายย่างหนอ ถ้าอารมณ์อะไร

ปรากฏชัด ให้ยืนแล้วกำหนดอารมณ์เหล่านั้น เมื่ออารมณ์นั้นไม่ชัดก็ดี หรือหายไปก็ดี พึงกลับมากำหนด ขวาย่างหนอ - ซ้ายย่างหนอต่อไป

๑๐. โยคีทุกคนต้องพยายามกำหนดให้ติดต่อ ชัดเจนต่ออารมณ์เสมอ สมาธิญาณ จึงจะบังเกิดขึ้น แม้อารมณ์นั้นจะเป็นตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกสูดกลิ่น ลิ้นได้รส กายถูกต้องเย็น ร้อน อ่อน แข็ง ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม ทำ พูด คู้ เหยียด ก้ม เงย เหลียวซ้าย แลขวา ก้าวไปข้างหน้า ถอยกลับหลัง คิดนึก ตรึกตรอง เหล่านี้เป็นต้น เมื่ออารมณ์ใดปรากฏชัด ให้กำหนดอารมณ์นั้น

๒.๒.๓) กัมมัฏฐานในล้านนา

ล้านนา หมายถึง ดินแดนที่มีที่นานับล้านนา คือมีที่นาเป็นจำนวนมาก เป็นคำคู่กับล้านช้างคือดินแดนที่มีช้างนับล้านตัว ตามข้อสันนิษฐานของสรัสวดี อ๋องสกุล ว่าน่าจะใช้ในสมัยพญากือนา (พ.ศ.๑๘๙๘ – ๑๙๒๘) เนื่องจากความหมายของพระนามกือนา กือ คือจำนวนร้อยล้าน ต่อมาคำล้านนา ใช้เรียกกษัตริย์ผู้ครองดินแดนล้านนา โดยใช้ ท้าวล้านนา หรือ ท้าวพระญาล้านนา และเรียกประชาชนของรัฐว่า ชาวล้านนา ลักษณะคำดังกล่าวใช้กันแพร่หลายในสมัยพระเจ้าติโลกราช (พ.ศ.๑๙๘๔ – ๒๐๓๐) นอกจากนั้นยังมีธรรมเนียมใช้ล้านนานำหน้าชื่อเมือง ซึ่งพบหลักฐานการใช้ในสมัยพญาสามประหญาฝั่งแกน (พ.ศ.๑๙๔๕ – ๑๙๘๔) เช่น ล้านนาเชียงแสน ล้านนาเชียงใหม่ โดยเน้นเมืองนั้นอยู่ในอาณาจักรล้านนา[๓๗]

พระพุทธศาสนาเข้าสู่ล้านนาตั้งแต่สมัยของพระนางจามเทวี ดังข้อความที่ปรากฏในจามเทวีวงศ์ ว่า "..ฝ่ายพระนางพร้อมด้วยบริวารหมู่ใหญ่จำพวกละ ๕๐๐ กับพระมหาเถรทรงไตรปิฎก ๕๐๐ องค์ ลงเรือมาตามแม่น้ำพิงค์ ๗ เดือนจึงบรรลุถึงเมืองนี้..."[๓๘] และตำนานมูลศาสนา ได้กล่าวถึงเหตุการณ์ตอนนี้ว่า พญาละโว้ได้ให้พระนางจามเทวีนำศาสนาของพระพุทธเจ้า คือนิมนต์พระภิกษุผู้ทรงไตรปิฎก ๕๐๐ รูป ไปเผยแผ่ที่เมืองหริภุญชัยเพื่อความสุขสวัสดีในการปกครองเมือง เมื่อพระนางจามเทวีได้มาปกครองเมืองหริภุญชัยแล้ว ทรงสร้างวัด เพื่อให้เป็นที่พำนักของพระมหาเถระและพระภิกษุสามเณรที่นิมนต์มาด้วย[๓๙] พระพุทธศาสนาที่เข้ามาในยุคนี้เป็นพระพุทธศาสนาแบบเถรวาท เพราะอิทธิพลของทวาราวดีซึ่งมีศูนย์กลางอยู่ที่นครปฐมนั้นได้แผ่อิทธิพลขึ้นมาถึงลพบุรีด้วย

รูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานในล้านนาได้ยึดแบบคัมภีร์วิสุทธิมรรค แต่ได้เพิ่มเติมการใช้ลูกประคำเข้ามา ซึ่งการปฏิบัติแบบใช้ลูกประคำนี้ได้รับอิทธิพลจากพม่าในช่วงที่เข้าปกครองเชียงใหม่ อีกนัยหนึ่ง น่าจะได้รับอิทธิพลจากพระชาวไทลื้อที่อพยพเข้ามาอยู่ในเชียงใหม่ในช่วงเวลาของพระยา

---

[๓๗] สรัสวดี อ๋องสกุล, **ประวัติศาสตร์ล้านนา**, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อมรินทร์, ๒๕๔๔), หน้า ๒๑ – ๓๔.

[๓๘] พระโพธิรังสี, **จามเทวีวงศ์ พงศาวดารเมืองหริภุญชัย,** (กรุงเทพมหานคร : บรรณกิจเทรดดิ้ง, ๒๔๙๕), หน้า ๘๙.

[๓๙] พระยาประชากิจกรจักร, **พงศาวดารโยนก,** พิมพ์ครั้งที่ ๗, (พระนคร : คลังวิทยา, ๒๕๑๖), หน้า ๑๙๔ – ๑๙๕.

กาวิละ ปกครองครองเมืองเชียงใหม่ ต่อมาในปี พ.ศ.๒๔๙๔ คณะสงฆ์ภาคเหนือได้คัดเลือกเอาครูบาวัดน้ำบ่อหลวง อ.สันป่าตอง ครูบาวัดพระพุทธบาทตากผ้า และครูบาทอง วัดเมืองมาง ให้เป็นผู้แทนของพระสงฆ์ในภาคเหนือ ไปศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔ ที่วัดมหาธาตุฯ ท่าพระจันทร์ กรุงเทพฯ เป็นเวลา ๑ พรรษา ครูบาทั้ง ๓ ปฏิบัติในสายพุทโธมาก่อน โดยครูบาวัดพระพุทธบาทตากผ้านั้นได้เรียนกับ ครูบาแก้ว ขตฺติโย (ครูบาขัตติยะ) วัดป่าเหียง ต.แม่แรง อ.ป่าซาง ซึ่งเป็นอุปัชฌาย์ของท่าน (ครูบาแก้วเป็นชาวเชียงรุ้ง มาอยู่ที่เชียงของ จากนั้นก็เดินธุดงค์เรื่อยมาจนถึงลำพูน และมาอยู่ที่วัดป่าเหียง) หลังจากที่เดินทางกลับมาจากกรุงเทพฯ แล้ว ก็ได้สอนการปฏิบัติธรรมกัมมัฏฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔ แต่สำหรับครูบาวัดพระพุทธบาทตากผ้า ท่านจะสอนการปฏิบัติ ๒ แนวทาง คือ ๑. สำหรับพระภิกษุหนุ่ม สามเณรน้อย จะสอนแบบพุทโธ ๒. สำหรับผู้สูงอายุทั้งพระภิกษุและฆราวาส จะสอนพอง – ยุบ สำหรับครูบาทอง สิริมงฺคโล เมื่อเดินทางกลับมาเชียงใหม่แล้ว ในปีถัดมาคือ พ.ศ. ๒๔๙๕ ได้เดินทางไปศึกษาเพิ่มเติมที่ประเทศสหภาพพม่า โดยพักอาศัยอยู่ที่วัดกำมะเอ ระยะหนึ่ง แล้วย้ายไปพักอยู่ที่วัดพญาจีจองใต้ (เช้าทัดจี่) และได้ไปปฏิบัติกับท่านมหาสีสยาดอ ภัททันตะโสภณ มหาเถร ที่วัดต่าตะนะยิต่า ประเทศพม่า เมื่อศึกษาแล้ว ครูบาทอง สิริมงฺคโล ได้เดินทางกลับมาสอนการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานแบบสติปัฏฐาน ๔ ที่วัดเมืองมาง ต่อมาได้ย้ายไปเปิดที่วัดตโปทาราม (ร่ำเปิง) และภายหลัง ได้รับอาราธนาให้ไปเป็นเจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร การสอนของครูบาทองนั้นมีผู้เลื่อมใสมาเข้ารับการปฏิบัติเป็นจำนวนมาก ทั้งพระภิกษุ สามเณร อุบาสกและอุบาสิกา เมื่อฝึกปฏิบัติแล้วท่านทั้งหลายเหล่านั้น ก็ได้นำเอารูปแบบและวิธีการของการปฏิบัติสายนี้ไปเผยแพร่ จนได้รับความนิยมไปทั่วภาคเหนือ[๔๐]

๑) ลักษณะเฉพาะของกัมมัฏฐานล้านนา

เมื่อพุทธศาสนาเข้ามาสู่ล้านนาแล้ว ก็เกิดการผสมผสานกับลัทธิความเชื่อเดิมที่มีอยู่ก่อนแล้ว เช่น การนับถือผี ความเชื่อในไสยศาสตร์และโหราศาสตร์ จนกลายมาเป็นลักษณะเฉพาะของพระพุทธศาสนาในล้านนา และการปฏิบัติกัมมัฏฐานของล้านนาที่มีลักษณะเฉพาะ นั่นคือ มีการกล่าวคำถวายข้าวตอกดอกไม้ แล้วกล่าวคำขอขมาแก้ว ๕ โกฐาก คือพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ พระกัมมัฏฐาน ครูบาอาจารย์ การปฏิบัติเช่นนี้จะทำให้ผู้ปฏิบัติน้อมใจของตัวเองเข้าสู่การปฏิบัติเป็นการปวารณาตนและเตือนตัวเองอยู่เสมอเพื่อไม่ให้เกิดความพลั้งเผลอ เน้นการท่องบทสวดมนต์เป็นหลัก โดยนำบทสวดภาษาบาลีมาแปลเป็นแบบนิสสัย คือการแปลคำต่อคำ ซึ่งการสวดมนต์เป็นการเตรียมตัวเตรียมใจเข้าสู่การปฏิบัติ ทำให้จิตใจสงบได้ง่าย และมีการนำเอาลูกประคำมาเป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติ เมื่อภาวนาไปให้นับลูกประคำไปด้วยในแต่ละครั้ง ซึ่งการใช้ลูกประคำนี้เป็นลักษณะพิเศษของพระสงฆ์ในล้านนา ซึ่งจะได้รับลูกประคำจากพระอุปัชฌาย์หลังจากผ่านพิธีบรรพชาอุปสมบทเสร็จแล้ว จนกล่าวได้ว่าลูกประคำเป็นบริขารชนิดหนึ่งที่ขาดไม่ได้ โดยการเก็บลูกประคำนั้นเนื่องจากเป็นของสูงคือของที่คู่กับการปฏิบัติ พระสงฆ์ในล้านนาจึงนิยมนำมาคล้องคอ ในขณะที่นั่งปฏิบัติกัมมัฏฐานก็จะนำออกมานับพร้อมกับการปฏิบัติ มีการแยกการปฏิบัติแบบสมถะกับวิปัสสนาออกจาก

---

[๔๐] วิโรจน์ อินทนนท์, “กัมมัฏฐานล้านนา : รูปแบบ วิธีปฏิบัติและการสืบทอด”, **รายงานวิจัย,** (กรุงเทพมหานคร : สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย, ๒๕๕๙), หน้า ๑๑๖ – ๑๑๗.

กันอย่างชัดเจน โดยให้ปฏิบัติสมถะก่อนแล้วจึงปฏิบัติวิปัสสนา จนถึงระดับหนึ่งเมื่อจิตตั้งมั่นแล้วก็สามารถปฏิบัติวิปัสสนาได้เลย โดยสมถกัมมัฏฐานเป็นกัมมัฏฐานที่ทำให้จิตสงบเป็นขั้นตอนเริ่มแรกของการปฏิบัติ เมื่อจิตสงบแล้วก็สามารถปฏิบัติวิปัสสนา คือเริ่มพิจารณาไตรลักษณ์ได้ ถ้าจิตยังไม่สงบการพิจารณาไตรลักษณ์ก็เป็นไปได้ยาก ดังนั้นกัมมัฏฐานล้านนาจึงเน้นไปที่สมถกัมมัฏฐานเป็นเบื้องต้น

ในแต่ละขั้นตอนที่ปฏิบัติจะระบุไว้ว่าจิตได้ถึงสมาธิขั้นไหน เกิดปีติอะไรขึ้นบ้าง หลักการปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนานั้นได้ชี้แจงการเกิดขึ้นของปีติเมื่อปฏิบัติเทวตานุสติจบแล้ว หมายความว่าเริ่มแรกผู้ปฏิบัติจะต้องให้ความสำคัญกับสิ่งที่มีอยู่ในตนเองเสียก่อน เช่น สีลานุสติ (การระลึกถึงศีลที่ตนรักษา) จาคานุสติ (การระลึกถึงทาน ความดีที่ตนสร้าง) ซึ่งการระลึกถึงสิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ทำได้ง่ายกว่าสิ่งอื่น เนื่องจากเป็นสิ่งที่ดีงามและบริสุทธิ์เมื่อมีอยู่ในตนเองย่อมก่อให้เกิดปีติได้โดยง่าย

๒) กัมมัฏฐานโบราณล้านนาจากการศึกษาคัมภีร์ใบลาน[๔๑]

เดิมกัมมัฏฐานล้านนานั้นให้ความสำคัญกับกระบวนการระลึกธรรมต่าง ๆ ภายหลังเมื่อจิตเป็นสมาธิแล้ว มีการบริกรรมเป็นฐานในการสร้างสมาธิ เช่นเดียวกับวิสุทธิมรรค ทว่าเมื่อเวลาผ่านไป กระบวนการนี้กลับลดลงไป เช่น ในการปฏิบัติที่วัดขุนคง ได้ตัดกระบวนการนี้ออก แต่ได้เพิ่มความสำคัญในการบริกรรมมากขึ้น ต่อมา ก็รวมคำบริกรรมในกัมมัฏฐานประเภทเดียวกันเข้าไว้ด้วยกัน ทั้งยังเพิ่มความเป็นพื้นเมืองเข้าไปในคำบริกรรมนั้นด้วย เช่น คำบริกรรม “พุทโธ สะติ มะโร พุทโธ มัดจิต ธัมโม สะติ มะโร ธัมโม มัดจิต สังโฆ สะติ มะโร สังโฆ มัดจิต” ของครูบาธรรมชัย ธมฺมชโย วัดทุ่งหลวง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ (พ.ศ. ๒๔๕๗-๒๕๓๐) เป็นต้น[๔๒]

กัมมัฏฐานล้านนามีการปฏิบัติกันจริงในสังคมล้านนา อย่างช้าตั้งแต่พุทธศตวรรษที่ ๒๓ นิยมกันมากในพุทธศตวรรษที่ ๒๕ และดำเนินสืบต่อมาถึงพุทธศตวรรษที่ ๒๖ ใบลานกัมมัฏฐานเก่าที่สุดที่ค้นพบ ถูกจารใน พ.ศ. ๒๒๙๕ และที่ใหม่ที่สุด ถูกจาร ใน พ.ศ. ๒๔๗๓ เชื่อว่าการปฏิบัติกัมมัฏฐานในสังคมล้านนายังคงมีการสืบต่อเรื่อยมา กระทั่งภายหลัง พ.ศ. ๒๔๘๒ เมื่อครูบาศรีวิชัยมรณภาพแล้ว การปฏิบัติกัมมัฏฐานเช่นนี้คงคลายความเข้มข้นลง ในที่สุดก็ถูกแทนที่ด้วยการปฏิบัติแบบสติปัฏฐานสี่ (สติปัฎาน ๔ ยุบหนอพองหนอ) จากการเผยแพร่ของสมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภเถระ) (๒๔๔๖ – ๒๕๓๒) พร้อมการรากฐานการศึกษากัมมัฏฐานในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ที่มาของกัมมัฏฐานโบราณล้านนา คือ คัมภีร์วิสุทธิมรรค อย่างไรก็ตาม แม้จะมีหลักการปฏิบัติเช่นเดียวกัน ทว่าขั้นตอนการปฏิบัติกัมมัฏฐานโบราณล้านนา กลับมีรายละเอียดที่ต่างออกไป

---

[๔๑] อ่านรายละเอียดใน ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตรี, พระครูธีรสุตพจน์ และ ธณิกานต์ วรธรรมานนท์, “กัมมัฏฐานโบราณล้านนา”, **รายงานวิจัย,** (กรมส่งเสริมวัฒนธรรม : กระทรวงวัฒนธรรม, ๒๕๕๙), หน้า ๒๐๖–๒๑๓.

[๔๒] พระครูเมธานันทกิจ และ ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตร, “กัมมัฏฐานล้านนา: กระบวนการสั่งสมบุญบารมีและพัฒนาตน”, **วารสารไทยศึกษา,** ปีที่ ๑๕ ฉบับที่ ๑ มกราคม - มิถุนายน ๒๕๖๒) : ๓๙.

เพราะได้ประยุกต์หลักการจากคัมภีร์วิสุทธิมรรคให้เข้ากับธรรมเนียมการปฏิบัติของพระสงฆ์ล้านนาโบราณ ซึ่งลักษณะเฉพาะของกัมมัฏฐานโบราณล้านนาที่ต่างออกไปจากกัมมัฏฐานพองหนอยุบหนอ โดยเน้นให้ผู้ปฏิบัติมีใจจดจ่อกับการนับลูกประคำ พร้อมการท่องคำบริกรรมคาถาว่า พุทโธ บ้าง ธัมโม บ้าง อันเป็นไปตามบทสวดที่ได้สวดก่อนหน้านี้ เมื่อจิตเป็นสมาธิแล้วจึงน้อมตนไปใคร่ครวญในธรรมของบทสวดแต่ละบทที่ตนกำลังปฏิบัติอยู่ นอกจากนั้น กัมมัฏฐานล้านนา เน้นคำบริกรรมคาถา จริงอยู่แม้ในวิสุทธิจะปรากฏคำบริกรรมอยู่ด้วย แต่ทว่าไม่ได้ปรากฏทั้งกัมมัฏฐาน ๔๐ คงปรากฏเพียง กสิณ กัมมัฏฐาน อสุภกัมมัฏฐาน และอากาสานัญจายตนะ วิญญาณัญจายตนะ อากิญจัญญายตนะ และเนวสัญญานาสัญญายตนะเท่านั้น ทั้งคำที่บริกรรมก็ไม่ได้เจาะจงเด็ดขาด เปลี่ยนแปลงไม่ได้ เช่น คำบริกรรมอาโปกสิณ ใช้คำว่า “อาโป” เพราะเป็นบัญญัติธรรม (โวหารชาวโลก) ที่ใช้กันมาก แต่อาจใช้คำ บริกรรมอื่นที่ใช้กันด้วยก็ได้ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ยกคำว่า อัมพุ อุทกัง วารี สลิลัง เป็นต้น หรือ คำบริกรรมเตโชกสิณ คำที่ใช้กันมากคือ “เตโช” แต่อาจใช้คำว่า ปาวโก กัณหวัตตนี ชาตเวโท หุตาสโน ก็ได้ เป็นต้น ทว่าในส่วนของกัมมัฏฐานล้านนาได้เน้นย้ำและทำให้คำบริกรรมมีความหนักแน่นเด็ดขาดมากยิ่งขึ้น และมีครบทั้ง ๔๐ ประเภท มีทั้งส่วนที่ยาวและส่วนที่ย่นย่อ ซึ่งการปฏิบัติกัมมัฏฐานโบราณล้านนามีอุปกรณ์หลักในการปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนา คือ ลูกประคำ ซึ่งไม่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรคแต่อย่างใด อาทิ ด้วยเหตุนี้ในใบลานกัมมัฏฐานหลายฉบับ จึงบอกเทคนิควิธีการนับลูกประคำด้วย เช่น ให้นับช้าๆ อย่าไว ให้ตกไปตามคำบริกรรม ให้เสียงร่อนลงไปยังหัวใจ หรือในการเดินจงกรม ให้ใช้มือขวา ชูสายลูกประคำขึ้นอยู่ระหว่างอก มือซ้ายเหยียดลงแนบขา เดินไปจนถึงเขตกำหนดหัวจงกรม ให้นับลูกประคำเม็ดหนึ่ง ถึงหางจงกรมให้นับลูกประคำเม็ดหนึ่ง ให้เดินไปช้าๆ อย่างสำรวม ให้ได้ ๘ ลูกประคำ ๒๘ ลูกประคำ หรือเมื่อนั่งสมาธิให้ชูสายลูกประคำขึ้นอยู่ระหว่างอก มือซ้ายหงายบนตัก เป็นต้น ลูกประคำในล้านนาเป็นหนึ่งในเครื่องบวชพระภิกษุสามเณรในล้านนา ปัจจุบันค่อยๆ หมดความสำคัญลง กลายเป็นเพียงเครื่องประดับและสัญลักษณ์ของพระสงฆ์ล้านนาที่ปรารถนาจะแสดงตนต่อสังคมว่าเป็นผู้เคร่งครัดในกัมมัฏฐาน แต่ไม่มีบทบาทหน้าที่ในการเป็นอุปกรณ์การปฏิบัติกัมมัฏฐานแล้ว ทว่ายังคงมีบทบาทอยู่บ้างในฐานะเป็นเครื่องบวชพระสงฆ์สามเณรแบบพื้นเมืองล้านนาใน ท้องที่ห่างไกล ประการสำคัญ การเสื่อมสลายของกัมมัฏฐานโบราณล้านนานั้น มาจากปัจจัยหลายประการร่วมกัน อาทิ การปรับเปลี่ยนรูปแบบการปฏิบัติที่เน้นการบริกรรม และแสดงความเป็นพื้นเมืองมากยิ่งขึ้น ทั้งการสร้างรูปแบบเฉพาะตนขึ้น ในการไหว้หรือนั่งสมาธิที่ดูลึกลับ รวมทั้งการมรณภาพของพระสงฆ์รูปสำคัญที่ปฏิบัติกัมมัฏฐาน ในขณะที่การปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวทางพองหนอยุบหนอ ที่เริ่มเป็นที่รู้จักกันในปลายพุทธศตวรรษที่ ๒๕ ค่อยๆ พัฒนาขึ้นมาแทนที่ภายใต้การนำของพระพรหมมงคล วัดพระธาตุศรีจอมทอง วรวิหาร ซึ่งได้รับการสนับสนุนจากคณะสงฆ์ส่วนกลาง ต่อมาจึงมีรากฐานการศึกษากัมมัฏฐานแนวพองหนอ ยุบหนอในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เมื่อต้นพุทธศักราชที่ ๒๖ ทำให้พบว่า ในล้านนายุคปัจจุบันนี้มีการปฏิบัติ

กัมมัฏฐานตามแนวพองหนอ ยุบหนอเป็นหลัก ไม่ปรากฏว่าการปฏิบัติกัมมัฏฐานโบราณล้านนาเป็นที่นิยมในล้านนาเช่นในอดีตอีกเลย[๔๓]

หลักการปฏิบัติกัมมัฏฐาน

๑. เน้นคำบริกรรมคาถา ทั้งคำที่บริกรรมก็ไม่ได้เจาะจงเด็ดขาด เปลี่ยนแปลงได้มีทั้งส่วนที่ยาวและส่วนที่ย่นย่อ โดยมีประเภทของกัมมัฏฐานที่ซ้ำกัน ดังนี้ พุทธานุสสติ ธรรมานุสสติ สังฆานุสสติ กายคตานสติ พรหมวิหาร ๔ ทิฏฐิกังขาปัสสนา กังชาวิตตรณปัสสนา อนิจจวิปัสสนา ทุกขาวิปัสสนา และอนัตตาวิปัสสนา

๒. เน้นการระลึกถึงคุณของกัมมัฏฐานบทต่างๆ และระลึกนึกถึงโทษของตัณหาในขณะนั่งสมาธิ คือ การพิจารณาธรรม ซึ่งเป็นส่วนสำคัญที่จะน้อมจิตใจให้เข้าใจและดำรงอยู่ในธรรมได้ ส่วนกัมมัฏฐานโบราณล้านนานั้น เดิมให้ความสำคัญกับการระลึกถึงธรรมต่างๆ เช่นเดียวกันกับวิสุทธิมรรคควบคู่ไปกับการใช้คำบริกรรมให้เกิดสมาธิเป็นฐานสำหรับการคิดใคร่ครวญในธรรม ทว่าเมื่อเวลาผ่านไปกลับลดความสำคัญในส่วนนี้ลงไป โดยเพิ่มความสำคัญในการบริกรรมมากขึ้น รวมการบริกรรมหลายๆ บทเข้าด้วยกัน พร้อมทั้งเพิ่มความเป็นพื้นเมืองในคำบริกรรม เช่น “พุทโธ สะติ มะโร พุทโธ มัดจิต ธัมโม สะติ มะโร ธัมโม มัดจิต สังโฆ สะติ มะโร สังโฆ มัดจิต” ของครูบาธรรมชัย ธมฺมชโย เป็นต้น และสร้างรูปแบบเฉพาะของการไหว้หรือการนั่งสมาธิขึ้น อาทิ รูปแบบการนั่งสมาธิของครูบาธรรมชัย ธมฺมชโย วัดทุ่งหลวง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ (พ.ศ. ๒๔๕๗-๒๕๓๐) ที่มีทั้งการวางมือไว้บนตัก แตะหน้าผาก และแตะจมูก เป็นต้น การพิจารณานั้น นอกจากพิจารณาในคำสวดแล้ว ยังสามารถพิจารณาใคร่ครวญในแง่ประโยชน์และโทษของการปฏิบัติกัมมัฏฐานก็ได้ เช่นพิจารณาว่าการกระทำของเราในครั้งนี้ ว่าเบียดเบียนทำความเดือนร้อนแก่ใครหรือไม่ หรือว่าเป็นไปเพื่อการเกื้อกูลช่วยเหลือ ส่งเสริม และสร้างสรรค์ การกระทำเช่นนี้ จิตใจของเราเป็นอย่างไร ทำด้วยจิตใจเห็นแก่ตัว มุ่งร้าย หรือทำด้วยความโลภ โกรธ หลง ทำด้วยศรัทธา มีสติ มีความเพียร มีความรับผิดชอบ เป็นต้น และในขณะที่ทำ จิตใจกระวนกระวาย ร่าเริง เบิกบานหรือไม่ เราเข้าใจเรื่องที่กระทำหรือไม่ มองเห็นเหตุผลหรือไม่ เป็นต้น

ข้อที่กัมมัฏฐานล้านนาสืบมาจากวิสุทธิมรรคโดยไม่เปลี่ยนแปลง คือ ไม่ว่าจะภาวนากัมมัฏฐานบทใดก็ตาม ทั้งสมถกัมมัฏฐานหรือวิปัสสนากัมมัฏฐาน ให้ภาวนาพุทธคุณพอให้ปีติสมาธิเกิดขึ้นก่อน แล้วค่อยภาวนากัมมัฏฐานอื่นต่อไป ด้วยเหตุนี้ แม้หลักการปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนาจะเป็นหลักการเดียวกับวิสุทธิมรรค ทว่า ขั้นตอนการปฏิบัติกัมมัฏฐานโบราณล้านนามีรายละเอียดที่ต่างออกไปมาก รายละเอียดที่ต่างออกไปนี้ เป็นการพัฒนาขึ้นมาจากรากฐานของสังคมล้านนาโบราณภายหลังโดดเด่นและกลายเป็นลักษณะเฉพาะของกัมมัฏฐานโบราณล้านนาไปในที่สุด

---

[๔๓] ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตรี, พระครูธีรสุตพจน์ และ ธณิกานต์ วรธรรมานนท์, “กัมมัฏฐานโบราณล้านนา : ที่มา ลักษณะ และการเสื่อมสูญ”, **วารสารพื้นถิ่น โขง ชี มูล,** ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม – ธันวาคม ๒๕๖๐) : ๑๘๔ - ๑๘๗.

พิธีกรรมปฏิบัติกัมมัฏฐาน

๑. การปฏิบัติกัมมัฏฐาน ให้เริ่มจากการชำระศีลให้บริสุทธิ์ สมาทานศีล ๕ ศีล ๘ สำหรับคฤหัสถ์ และสมาทานศีล ๑๐ สำหรับสามเณร พระภิกษุสงฆ์

๒. นำข้าวตอกดอกไม้ เทียน ทำให้เป็น ๕ โกฐาก (ส่วน) ใส่เทียน ๔ คู่ วางไว้หน้าพระพุทธรูป เจดีย์ ต้นโพธิ์ หรือผู้ให้กัมมัฏฐาน กราบเบญจางคประดิษฐ์ มอบตนเป็นศิษย์กล่าวคำถวายข้าวตอกดอกไม้ เรียกขั้นตอนนี้ว่า การขึ้นกัมมัฏฐาน กล่าวคำโยขันดอก “..โย สันนิสินโนวรโพธิมุลเล...” ในวิสุทธิมรรคนั้น กล่าวเพียงการมอบตนแด่พระผู้มีพระภาคเจ้า หรือครูบาอาจารย์ด้วย การกล่าวว่า ข้าแต่พระผู้มีพระภาคเจ้า (พระอาจารย์ผู้เจริญ) ข้าพระองค์มอบถวายอัตภาพนี้แด่ท่าน โดยให้เหตุผลว่าเป็นขั้นตอนสำคัญ เพราะหากเมื่อยังไม่มอบตน แล้วอยู่ในเสนาสนะที่สงัด เมื่อไม่อาจยับยั้งอารมณ์ที่น่ากลัวซึ่งมาเผชิญเข้าได้ ก็จะเลิกไปเสียก่อน ไม่ปรากฏขั้นตอนพิธีกรรมแต่อย่างใด

๓. ไปสู่ที่สงบ นั่งตัวตรงยกมือไหว้ระหว่างคิ้ว หลับตา ปิดปากให้ลิ้นติดปากภายบน

๔. ตั้งสติ กล่าวบทรำพึงทุกข์ในสังขาร บทรำพึงมหาสังเวควัตถุ ๘ ประการ บทรำพึงเทวทูตกัมมัฏฐาน จึงเริ่มปฏิบัติกัมมัฏฐาน

๕. ขั้นตอนปฏิบัติกัมมัฏฐาน ๑) กราบพระพุทธรูป ๓ ครั้ง ๒) จะปฏิบัติกัมมัฏฐานใดก็ตามแต่ ให้เริ่มด้วยพุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ สังฆานุสสติ ๓) ขอปีติสมาธิกับพระพุทธเจ้า ให้ว่า “ข้าจักขอภาวนา พุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ สังฆานุสสติ ครั้นว่าจะภาวนาดวงใด ขอหื้อว่าดวงนั้นเต๊อะ ว่าข้าขอปิติสมาธิธรรมเจ้าดวงผาเสริฐ ขอจุ่งหื้อมาบังเกิดในจิตตะสันตาระ (สันดาน) ตนตัวแห่งข้า อันจักนั่งภาวนาในที่นี้ มีขุททกาปีติเป็นเก๊า (เป็นอันดับแรก) ถะหลาบ (ตราบ) ต่อเท่าถึงผรณาปีติแก่ผู้ข้าอันจักนั่งภาวนาเพื่อหื้อเสี้ยงทุกข์สุดทุกข์ แก่ข้าแท้ดีหลีเต๊อะ...” ว่า ๓ ครั้ง จากนั้นจึงภาวนาพุทธคุณธรรมคุณ สังฆคุณ ภาวนาบทอื่นๆ ในสมถกัมมัฏฐาน ๔๐ เช่น กายาคตานุสสติ เมตตาภาวนา เป็นต้นและภาวนาวิปัสสนากัมมัฏฐาน ได้แก่ อนิจจังกัมมัฏฐาน ทุกขังกัมมัฏฐาน อนัตตา กัมมัฏฐาน

ผลปฏิบัติกัมมัฏฐาน

ในมูลกัมมัฏฐานของครูบามหากัญจนเถร ระบุผลจากการภาวนาแต่ละบทดังนี้

๑. ภาวนาพุทธคุณได้สัมปัตติในนิพพาน

๒. ภาวนาธรรมคุณได้สัมปัตติในสวรรคเทวโลก

๓. ภาวนาสังฆคุณได้สัมปัตติในมนุษยโลก ภาวนาพุทธคุณ ธรรมคุณ สังฆคุณ พ้นจากสัพพทุกข์ สัพพพยาธิ สัพพโรค เมื่อตายไปก็ไม่เกิดในนรก ไม่เป็นเปรต สัตว์เดรัจฉาน ในป่า ในบ้าน ได้เกิดสวรรค์เทวโลก และมนุษยโลก เสวยสุข หาทุกข์ หาพยาธิโรคาไม่ได้ เพราะคุณรัตนแก้วรักษา

๔. ภาวนากายคตานุสสติ ชื่อว่า ตอบแทนคุณพ่อแม่แห่งตน

๕. ภาวนาเมตตามีอานิสงส์ ๑๑ ประการ ดังนี้

๕.๑ นอนก็หลับสำราญดีนัก ไม่คลั่งไคล้ ไม่กรน ไม่คราง

๕.๒ เมื่อตื่นก็ตื่นด้วยดี

๕.๓ เมื่อหลับ ไม่ฝันร้ายให้สะดุ้งตกใจ

๕.๔ เป็นที่รัก จำเริญใจ ของคนทั้งหลาย

๕.๕ เป็นที่รักแก่ผีทั้งหลาย

๕.๖ เป็นที่รักแก่เทวดาทั้งหลาย เทวดาก็คุ้มครองรักษา ไม่ให้มีอุบาทว์กังวลอันตรายที่จะ เกิดแต่ภัยทั้งมวล มีราชภัยเป็นต้น ให้อยู่ดีมีสุข

๕.๗ พิษงู คุณไสย หอกดาบปืนธนู ปืนใหญ่ทำอันตรายไม่ได้

๕.๘ มีใจตั้งมั่น ไม่หวั่นไหว

๕.๙ มีวรรณะหน้าสว่างใสงามนัก

๕.๑๐ เมื่อยามใกล้ตาย ก็ไม่หลง วางอารมณ์ดี มีสุคติเป็นที่ไป

๕.๑๑ ผู้ภาวนาเมตตา หากสัมภารแก่กล้า อินทรีย์ ๕ เต็มบริบูรณ์ ก็อาจได้เถิงยังอุตรธรรม คือ มรรคผล หากสัมภารไม่แก่กล้า อินทรีย์ ๕ ไม่เต็ม จักได้ไปเกิดในพรหมโลก ตั้งแต่ชั้นฟ้าปริสัชชาถึงอกนิฏฐา ชั้นใดชั้นหนึ่ง ผู้ใดไม่ได้จำเริญภาวนาเมตตา เกิดมาชาติใดหาสุขไม่ได้ หาผู้รักจริงไม่ได้ หาผู้เอ็นดูกรุณา ไม่ได้ หาผู้ค้ำชูไม่ได้ พ่อแม่พี่น้องลูกเมียก็ไม่รัก

๖. ภาวนาทิฏฐิและกังขาฯ เป็นปัจจัยค้ำชูให้มีปัญญากล้าคมเฉลียวฉลาด "...อาจตรัสรู้อัตถะอันเลิกแลบสุขุมาน ตัดสลั้งสงสัยแห่งตนแห่งท่าน เพื่อหื้อพลันได้ใกล้ ได้เถิงยังนิพพาน อันพ้นจากทุกข์ในสงสารแท้ดีหลี..."

๗. ภาวนาไตรลักขณะวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นปัจจัยค้ำชูให้ปัญญา มีสัมมาสมนญาณถึงอนุโลมญาณ เป็นปริโยสาน เพื่อให้พลันได้พ้นจากทุกข์ในสงสาร ให้พลันได้ถึงยังนิพพาน

๘. ภาวนามรณานุสสติ คนใดใคร่ปรารถนาถึงสุขในเมืองคน และสุขในนิพพานในภาวะภายหน้า ควรอุตสาหะมรณานุสสติ จะถึงสุขในเมืองคน เมืองฟ้า และนิพพาน

๓) ข้อปฏิบัติเบื้องต้นของกัมมัฏฐานล้านนา[๔๔]

๑) ข้อปฏิบัติเบื้องต้น ก่อนการปฏิบัติกัมมัฏฐาน โยคีหรือผู้ปฏิบัติควรทำดังนี้

---

[๔๔] อ่านรายละเอียดใน วิโรจน์ อินทนนท์, "กัมมัฏฐานล้านนา : รูปแบบ วิธีปฏิบัติและการสืบทอด", **รายงานวิจัย,** หน้า ๑๒๓ – ๑๓๖.

๑.๑) เตรียมข้าวตอก ดอกไม้ เทียน ใส่ในพานไว้ให้เรียบร้อย จัดดอกไม้ให้เป็น ๕ โกฐาก (ส่วน) ๓๐ เทียน ๕ คู่

๑.๒) อาบน้ำ ชำระล้างร่างกายให้สะอาด

๑.๓) คฤหัสถ์ ให้สมาทานรักษาศีล ๕ หรือศีล ๘ สามเณร ให้รักษาศีล ๑๐ ให้บริสุทธิ์ พระภิกษุ ให้ปลงอาบัติ รักษาจตุปาริสุทธศีล ให้บริสุทธิ์

๒) สถานที่ที่ปฏิบัติ ควรเป็นสถานที่ที่สงัด จะเป็นวัด ลานเจดีย์ หรือใต้ต้นโพก็ได้

๓) วิธีนั่ง ท่านั่งที่ดีจะทำให้ไม่เกิดการเจ็บปวดได้ง่าย จิตตั้งเป็นสมาธิได้เร็ว ในคัมภีร์ได้พูดถึงท่า นั่งขัดสมาธิเอาไว้ ๓ ท่าด้วยกันคือ

๓.๑) นั่งขัดสมาธิ เอาปลายเท้าซ้ายสอดเข้าระหว่างน่องและขาข้างขวา เอาส้นเท้าข้างขวา วางติดหน้าแข้งข้างซ้าย ให้เข่าและเท้าข้างขวาติดกับพื้น ตั้งตัวให้ตรง

๓.๒) นั่งขัดสมาธิ เอาปลายเท้าขวาสอดเข้าระหว่างน่องและขาข้างซ้าย เอาส้นเท้าข้างซ้าย วางติดหน้าแข้งข้างขวา ให้เข่าและเท้าข้างซ้ายติดกับพื้น ตั้งตัวให้ตรง

๓.๓) นั่งขัดสมาธิ เอาปลายเท้าซ้ายสอดเข้าระหว่างน่องและขาข้างขวา เอาเท้าข้างขวา วางบนเข่าข้างซ้าย ให้เข่าและเท้าข้างขวาติดกับพื้น ตั้งตัวให้ตรง สำหรับผู้หญิง ถ้านั่งขัดสมาธิไม่ได้ ให้นั่งพับส้นเท้าก็ได้

๔) การไหว้ ยกมือทั้งสองขึ้นประกบกันที่ระหว่างคิ้ว ให้เป็นพุ่มเหมือนดอกบัว อย่าให้มือสานกัน

๕) การกราบ ให้กราบแบบเบญจางคประดิษฐ์

๖) คำถวายข้าวตอกดอกไม้ ผู้ชายให้นั่งคุกเข่า ผู้หญิงให้นั่งพับส้นเท้า ยกพานดอกไม้ขึ้นเหนือหัวแล้วกล่าวคำถวาย ข้าตอกดอกไม้ว่า

“โอกาสะ ข้าแต่พระแก้วเจ้าทั้ง ๕ จำพวกมีองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นต้นเป็นประธาน บัดนี้มีตนตัวผู้ข้าเป็นประธาน ผู้เกิดยังปุพพะภาคะเจตนาโดยยิ่ง จึงจักมักใคร่บำเพ็ญวัตรอันภาวนา ก็ได้ขวนขวายตกแต่ง น้อมนำมายังบุปผาลาชาข้าวตอกดอกไม้ใส่เหนือพาน ทำให้เป็น ๕ โกฐาก เพื่อบูชาขมาคารวะยังพระแก้วเจ้าทั้ง ๕ จำพวก ขอพระแก้วเจ้าทั้ง ๕ จำพวกจงกรุณาเอ็นดูเป็นปฏิคหะกะรับเอายังบูชาขมาทานแห่งผู้ข้าแท้แล ปุญญะราศรีนี้ ของจงเป็นปะระโม ปะกะตุอุปะนิสัย ไว้ค้ำชูตนตัวผู้ข้า ไปตราบถึงนิพพาน ความต้องการความปรารถนาของผู้ข้ามีด้วยประการฉันใด ของจงอุทิศสัมฤทธิ์ทุกอย่างทุกประการแล ตั้งแต่วันนี้ไปภายหน้า ขอให้ตนตัวผู้ข้าได้พ้นจากกังวลอันตรายภัยทั้งมวล ได้อยู่ดีกินดี มีทีฆาอายุมั่นยืนยาว ให้ได้ตั้งตนอยู่ค้ำชูบูชาศาสนาพระพุทธเจ้าเป็นไปตลอดจิระกาลยาวนานแท้จงจักมีเถอะ อิมินา ปุพพะปุปผาลาชะปูชาคาระวะทานัง นิพพานังประระมัง สุขัง (กราบลง ๓ ครั้ง)

๗) คำขอขมาแก้ว ๕ โกฐาก แก้ว ๕ โกฐาก คือ พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ กัมมัฏฐานทั้งมวล ครูบาอาจารย์ ผู้ให้กัมมัฏฐานและสอนกัมมัฏฐาน ชื่อว่าแก้ว ๕ โกฐาก ให้ไหว้ด้วยความเคารพแล้วยกมือตั้งหว่างคิ้ว เหมือนดั่งดอกบัวนั้นแล้วกล่าวคำขอขมา

๗.๑. สำหรับคนคนเดียว “โย สันนิสินโน วะระโพธิมูเล มารัง สะเสนัง มะหันติง วิเชยโย สัมโพธิมาคัจฉิ อะนันตัญญาโณ โลกุตตะโม ตัง ปะณะมามิ พุทธัง อัฏฐังคิโก อะริยะปะโถ ชะนานัง โมกขัปปะเวสายะ อุชุกะมัคโค ธัมโม อะยัง สันติกะโร ปะณีโต นียยานิโก ตัง ปะณะมามิ ธัมมัง สังโฆ วิสุทโธ วะระทักขิเณยโย สันตินทะริโย สัพพะมะลัปปะหีโน คุเณหิ เนเกหิ สะมิทธิปัตโต อะนาสะโว ตัง ปะณะมามิ สังฆัง นะมามิ พุทธัง คุณะสาคะรันตัง นะมามิ ธัมมัง มุนิราชะเทสิตัง นะมามิ สังฆัง มุนิราชะสาวะกัง นะมามิ กัมมัฏฐานัง นิพพานาธิคะมุปายัง นะมามิ กัมมัฏฐานะทายะกาจะริยัง นิพพานะมัคคะเทสะกัง อัจจะโย มัง ภันเต อัชฌะคะมา ยะถาพะลัง ยะถามุฬ์หัง ยะถาอะกุสะลัง โยหัง พุทธัง ธัมมัง สังฆัง กัมมัฏฐานัง กัมมัฏฐานะทายะกาจะริยัง สังขาเตสุ ปัญจะสุ ระตะเนสุ อะตีเต วา ปัจจุปันเน วา กาเยนะ วา วาจายะ วา มะนะสา วา ปะมาทัง วา อะคาระวัง วา อะกาสิง ตัสสะ เม ภันเต อัจจะยัง อัจจะยะโต ปะฏิคคัณหาตุ ขะมะตุ สัพพะโทสัง อายะติง สังวะเรยยามิ อายะติง สังวะริสสามิ นะ ปุเนวัง กะริสสามิ อะหัมภันเต สัพพะพุทธะ กัมมัฏฐานัง ยาจามิ เทถะ เม ภันเต ปีติสะมาธิฌานะอะภิญญาณะทิฏฐิกังขาวิปัสสะนาญาณัง อะริยะมัคคะผะละนิพพานัง ยาจามิ เทถะ เม ภันเต” (ว่า ๓ ครั้งแล้วกราบ ๓ ครั้ง)

๗.๒ สำหรับคนหลายคน “โย สันนิสินโน วะระโพธิมูเล มารัง สะเสนัง มะหันติง วิเชยโยสัมโพธิมาคัจฉิ อะนันตัญญาโณ โลกุตตะโม ตัง ปะณะมามะ พุทธัง อัฏฐังคิโก อะริยะปะโถ ชะนานัง โมกขัปปะเวสายะ อุชุกะมัคโค ธัมโม อะยัง สันติกะโร ปะณีโต นียยานิโก ตัง ปะณะมามะ ธัมมัง สังโฆ วิสุทโธ วะระทักขิเณยโย สันตินทะริโย สัพพะมะลัปปะหีโน คุเณหิ เนเกหิ สะมิทธิปัตโต อะนาสะโว ตัง ปะณะมามะ สังฆัง นะมามะ พุทธัง คุณะสาคะรันตัง นะมามะ ธัมมัง มุนิราชะเทสิตัง นะมามะ สังฆัง มุนิราชะสาวะกัง นะมามะ กัมมัฏฐานัง นิพพานาธิคะมุปายัง นะมามะ กัมมัฏฐานะทายะกาจะริยัง นิพพานะมัคคะเทสะกัง อัจจะโย โน ภันเต อัชฌะคะมา ยะถาพะลัง ยะถามุฬ์หัง ยะถาอะกุสะลัง เย มะยัง พุทธัง ธัมมัง สังฆัง กัมมัฏฐานัง กัมมัฏฐานะทายะกาจะริยัง สังขาเตสุ ปัญจะสุ ระตะเนสุ อะตีเต วา ปัจจุปันเน วา กาเยนะ วา วาจายะ วา มะนะสา วา ปะมาทัง วา อะคาระวัง วา อะกาสิมหา เตสันโน ภันเต อัจจะยัง อัจจะยะโต ปะฏิคคัณหาตุ ขะมะตุ สัพพะโทสัง อายะติง สังวะเรยยามะ อายะติง สังวะริสสามะ นะ ปุเนวัง กะริสสามะ มะยัมภันเต สัพพะพุทธะกัมมัฏฐานัง ยาจามะ เทถะ โน ภันเต ปีติสะมาธิฌานะอะภิญญาณะทิฏฐิกังขาวิปัสสะนาญาณัง อะริยะมัคคะผะละนิพพานัง ยาจามะ เทถะ โน ภันเต” (ว่า ๓ ครั้งแล้วกราบ ๓ ครั้ง)

การปฏิบัติกัมมัฏฐานโบราณล้านนา เป็นการสั่งสมบารมีและพัฒนาตนด้วย ทาน ศีล ภาวนา ในลักษณะองค์รวมอันเป็นการกระทำที่เป็นบุญส่วนหนึ่งในรูปของการศึกษาและปฏิบัติเพื่อทำลายความเห็นแก่ตัวให้หมด ดังนั้น ผู้ปฏิบัติสามารถทำลายบาปธรรมทั้ง ๑๔ ตัวได้ คือ โมโห (หลง) อโนตฺตปฺปิ (ไม่กลัวบาป) โลโภ (โลภ) มาโน (มาร) อิสฺสา (ริษยา) กุกกุจฺจ (กินแหนง รำคาญ) มิทฺธ (หลับ ง่วง) อหิริก (ไม่ละอายแก่บาป) อุทฺธจฺจ (สะดุ้งใจ ฟุ้งซ่าน) ทิฏฺฐิ (ถือมั่น) โทโส (โกรธ) มจฺฉริย (ตระหนี่) ถีน (กระด้าง หดหู่) และวิจิกิจฺฉา (สงสัย) ละนิวรณธรรมหรือธรรมเป็นเครื่องกั้นจิต

ไม่ให้บรรลุความดี ๕ ประการได้ คือ กาม ฉันทะ พยาปาทะ ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุจจะ และวิจิกิจฉา นิวอระนะธรรม ซึ่งการปฏิบัติกัมมัฏฐานแบ่งเป็น ๒ ส่วนดังนี้[๔๕]

ส่วนที่ ๑ ซึ่งเป็นผลที่ได้จากการปฏิบัติกัมมัฏฐานแต่ละประเภท ได้ถูกระบุให้เป็นไปตามที่ระบุไว้ในวิสุทธิมรรค ได้แก่ สมถกัมมัฏฐาน มีอสุภกัมมัฏฐาน ๑๐, กายคตานุสติ ได้อุคคหนิมิต ปฏิภาคนิมิต และอุปจารสมาธิ อนุสสติกัมมัฏฐาน ๑๐ เฉพาะพุทธานุสสติ ธรรมนุสติ สังฆานุสติ สีลานุสติ จาคานุสติ เทวดานุสติ เกิดปีติ ๕ อานาปาณสติ ได้อุคคหนิมิต ปฏิภาคนิมิต อุปจารสมาธิ ญาณ ๔ อภิญญา ๕ พรหมวิหารกัมมัฏฐาน ๔ ได้อัปปนาสมาธิญาณ ๔ อภิญญา ๕ ยกขึ้นภาวนาทิฏฐิกังขาวิปัสสนา ได้วิปัสสนากัมมัฏฐาน ได้แก่ ทิฏฐิกังขาวิปัสสนา กังขาวิตรณวิสุทธิ อนิจจวิปัสสนา ทุกขจวิปัสสนา อนัตตาวิปัสสนา ได้ญาณ ๑๐ ได้แก่ สมมนญาณอุทยัพพยญาณ ภังคญาณ ภยตูปัฏฐานญาณ อาทีนวญาณ นิพพิทาญาณ มุญจิตุกัมยตาญาณ ปฏิสังขานุญาณ สังขารุเปกขาญาณและอนุโลมญาณ ในระหว่างการปฏิบัติเกิดวิปัสสนูกิเลส คือ อันตรายอันจะทำให้เศร้าหมองแห่งวิปัสสนาญาณ เป็นอุปกิเลส มี ๑๐ ประการ คือ โอภาโส (เห็นแสงสว่างใสแจ่มงามรอบคอบ) ปีติ (เกิดความยินดีกว่าปกติ) ปสสฺทธิ (สงบกายและระงับจิตกว่าปกติ) อธิโมกฺโข (อินทรีย์แก่กล้ากว่าปกติ) ปคฺคโห (เพียรมากกว่าปกติ) สุข (สุขมากกว่าปกติ) ญาณ (ญาณรู้เกินปกติ) อุปฏฺฐาน (สติมากกว่าปกติ) อุเปกฺขา (จิตเป็นอุเบกขามากกว่าปกติ) และนิกนฺติ (มีตัณหารักใคร่ขอบใจในธรรมอันมิสมควรนั้น)

ส่วนที่ ๒ เป็นผลการปฏิบัติที่ปรากฏเฉพาะในคัมภีร์ใบลานกัมมัฏฐานโบราณล้านนา อาทิ ในมูลกัมมัฏฐานของครูบามหากัญจนเถร ระบุผลจากการภาวนาแต่ละบทดังนี้

๑) ภาวนาพุทธคุณ ได้สัมปัตติในนิพพาน

๒) ภาวนาธรรมคุณ ได้สัมปัตติในสวรรค เทวโลก

๓) ภาวนาสังฆคุณ ได้สัมปัตติในมนุษยโลก

๔) ภาวนากายาคตาสติ ชื่อว่า ตอบแทนคุณพ่อแม่แห่งตน

๕) ภาวนาเมตตามีอานิสงส์ ๑๑ ประการ ดังนี้ นอนก็หลับสำราญดีนัก ไม่คลั่งไคล้ ไม่กรน ไม่คราง, เมื่อตื่นก็ตื่นด้วยดี, เมื่อหลับ ไม่ฝันร้ายให้สะดุ้งตกใจ, เป็นที่รัก จำเริญใจของคนทั้งหลาย,เป็นที่รักแก่ผีทั้งหลาย, เป็นที่รักแก่เทวดาทั้งหลาย เทวดาก็คุ้มครองรักษา ไม่ให้มีอุบาทว์กังวลอันตรายที่จะเกิดแต่ภัยทั้งมวล มีราชภัยเป็นต้น ให้อยู่ดีมีสุข, พิษงู คุณไสย หอกดาบปืนธนู ปืนใหญ่ทำอันตรายไม่ได้, มีใจตั้งมั่น ไม่หวั่นไหว, มีวรรณะหน้าสว่างใสงามนัก, เมื่อยามใกล้ตาย ก็ไม่หลงวางอารมณ์ดี มีสุขคติเป็นที่ไป และผู้ภาวนาเมตตา หากสัมภารแก่กล้า อินทรีย์ ๕ เต็มบริบูรณ์ ก็อาจได้เถิงยังอุตรธรรม คือ มรรคผล หากสัมภารไม่แก่กล้า อินทรีย์ ๕ ไม่เต็ม จักได้ไปเกิดในพรหมโลก ตั้งแต่ชั้นฟ้าปริสัชชาถึงอกนิฏฐา ชั้นใดชั้นหนึ่ง

---

[๔๕] ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตรี และ ธณิกานต์ วรธรรมานนท์, “ลักษณะกัมมัฏฐานสมัยครูบาศรีวิชัย”, **วารสารพุทธศิลปกรรม,** ปีที่ ๑ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม - ธันวาคม ๒๕๖๑) : ๑๑-๑๒.

๖) ภาวนาทิฏฐิและกังขาฯ เป็นปัจจัยค้ำชูให้มีปัญญากล้าคมเฉลียวฉลาด

๗) ภาวนาไตรลักขณะวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นปัจจัยค้ำชูให้ปัญญา มีสัมมาสมาณถึงอนุโลมญาณ เป็นปริโยสาน เพื่อให้พลันได้พ้นจากทุกข์ในสงสาร ให้พลันได้ถึงยังนิพพาน

๘) ภาวนามรณานุสสติ ถึงสุขในเมืองคน และสุขในนิพพานในภาวะภายหน้า

บทที่ ๓

วิเคราะห์รูปแบบและวิธีปฏิบัติกรรมฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน

บทนี้ จะได้กล่าวถึงประวัติความเป็นมาของวัดบ้านหลุก ตำบลเหมืองง่า อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ซึ่งเป็นสถานที่ที่ปรากฏมีคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานอยู่บนหอธรรม (หอไตร) อายุกว่า ๑๓๐ ปี และรูปแบบและวิธีปฏิบัติกรรมฐานตามที่ปรากฎในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ฉบับวัดบ้านหลุก ซึ่งไม่ได้เป็นการปริวรรตคัมภีร์ แต่เป็นการศึกษาจากหนังสือกัมมัฏฐานล้านนา ฉบับปริวรรต ของ ผศ.ดร.วิโรจน์ อินทนนท์ ยศพล เจริญมณี และขนานยี่ จันทร์ และข้อมูลสื่ออิเลคทรอนิกส์ แล้วนำมารวบรวมไว้เพื่อใช้เป็นฐานในการวิเคราะห์ต่อไป

๓.๑ ประวัติความเป็นมาของวัดบ้านหลุก

ประวัติวัดบ้านหลุก

วัดบ้านหลุก เป็นวัดราษฎร์สังกัดคณะสงฆ์ฝ่ายมหานิกาย ตั้งอยู่ในตำบลเหมืองง่า อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน มีที่ดินตั้งวัดเนื้อที่ ๗ ไร่ ๑ งาน ๓ ตารางวา

วัดบ้านหลุก สร้างเมื่อ พ.ศ. ๒๓๒๕ มีตำนานเล่าว่า เจ้าผู้ครองนครเมืองหริภุญชัยได้ยกทัพไปตีข้าศึกที่เมืองเชียงตุง ประเทศพม่า เมื่อได้รับชัยชนะจึงต้อนผู้คนจากเมืองยองกลับมายังหริภุญชัย ซึ่งมีพระภิกษุรูปหนึ่งไม่ปรากฏชื่อซึ่งอาศัยอยู่วัดหนึ่งที่มีนามว่า "วัดบ้านหลุก" ที่มีอยู่ในเมืองยอง พระภิกษุรูปนี้มีวิชาอาคมและยังได้มาตั้งวัดวาอารามขึ้นซึ่งอยู่ทางเหนือของเมืองหริภุญชัย เพื่อให้เป็นหน้าด่านตั้งรับมือข้าศึกที่เข้ามาตีเมืองหริภุญชัย วัดที่ตั้งขึ้นใหม่ได้ตั้งชื่อตามวัดที่ท่านอาศัยอยู่เดิม คือ "วัดบ้านหลุก" เสนาสนะของวัดมีสภาพเก่าแก่แต่ยังคงสมบูรณ์ทั้งวิหาร และหอไตร หอไตรหรือหอธรรมสร้างเมื่อ จ.ศ. ๑๒๕๘ (พ.ศ.๒๔๒๙) โดยครูบาปัญญาเป็นประธานในการก่อสร้าง สร้างด้วยไม้ลักษณะเป็นอาคาร ๒ ชั้น มีผังเป็นรูปสี่เหลี่ยมผืนผ้า มีใต้ถุนสูงเชื่อมต่อด้วยกุฏิที่เป็นเรือนไม้ ภายนอกอาคารประดับประติมากรรมแกะสลักไม้เป็นรูปท้าวจตุโลกบาลอยู่ทั้ง ๔ มุมอาคาร หลังคามุงกระเบื้องที่เชิงชายประดับแป้นน้ำย้อย ที่สันหลังคาประดับนกหัสดีลิงค์แกะไม้ประดับกระจกจีน หน้าบันแกะสลักไม้และประดับกระจกจีน เช่นกัน ช่อฟ้าทำจากไม้บุด้วยทองเหลือง หน้าต่างใช้การเขียนลายบนชาด เป็นลายเทวดาเดินประทักษิณ ภายในหอไตรเก็บหีบธรรมบรรจุพระไตรปิฎกแบบใบลาน ซึ่งเป็นหีบธรรมโบราณที่เหลืออยู่ในสภาพที่สมบูรณ์ที่สุด ส่วนอุโบสถก่ออิฐถือปูนหน้าบันเป็นไม้แกะสลักวิจิตรบรรจง สภาพค่อนข้างชำรุดทรุดโทรมมาก

หอธรรมวัดบ้านหลุก

หอธรรมวัดบ้านหลุก สร้างเมื่อ จ.ศ. ๑๒๕๘ (พ.ศ.๒๔๒๙) โดยครูบาปัญญาเป็นประธานในการก่อสร้าง ลักษณะเป็นอาคารทรงไทย ๒ ชั้น มีแบบการสร้างตามคติจักรวาลวิทยา ชาวล้านนาในสมัยก่อน มีความเชื่อว่าการสร้างหอธรรมเป็นการบูชาคัมภีร์พระไตรปิฎกที่ถือเป็นพุทธวจนะ โดยเชื่อว่าคัมภีร์พระไตรปิฎกที่ได้รับการจารอย่างถูกต้องแล้วเป็นของสูงค่าและมีคุณค่าศักดิ์สิทธิ์ ส่วนสาเหตุที่ต้องแยกหอไตรออกมาจากกลุ่มอาคารอื่น ๆ ที่สร้างบนบกด้วยความหวาดระแวงเช่นนี้ก็เพราะว่าในสมัยโบราณคัมภีร์พระไตรปิฎกนั้นมักจารึกลงใบลาน ดังที่เรียกว่า "คัมภีร์ใบลาน"

หอไตรโบราณอายุกว่า ๑๓๐ ปี ของวัดบ้านหลุกตั้งอยู่เลขที่ ๑๖๓ หมู่ ๘ ตำบลเหมืองง่า อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ซึ่งถือเป็นหอไตรที่คงสภาพความงามทางสถาปัตยกรรมล้านนามาจนถึงปัจจุบัน หอธรรมวัดบ้านหลุก สร้างเมื่อ จ.ศ. ๑๒๕๘ (พ.ศ.๒๔๒๙) โดยครูบาปัญญาเป็นประธานในการก่อสร้าง ลักษณะเป็นอาคารทรงไทย ๒ ชั้น มีแบบการสร้างตามคติจักรวาลวิทยา ชาวล้านนาในสมัยก่อน มีความเชื่อว่าการสร้างหอธรรมเป็นการบูชาคัมภีร์พระไตรปิฎกที่ถือเป็นพุทธวจนะ โดยเชื่อว่าคัมภีร์พระไตรปิฎกที่ได้รับการจารอย่างถูกต้องแล้วเป็นของสูงค่าและมีคุณค่าศักดิ์สิทธิ์ และการสร้างหอธรรมควรจะอยู่ที่สูง ปลอดภัยจากการเข้าไปหยิบฉวย จะเห็นได้ว่าการเข้าไปยังห้องเก็บคัมภีร์พระไตรปิฎกจะต้องใช้บันไดปีนพาดขึ้น จึงไม่ปรากฏว่ามีการสร้างบันไดทั้งภายในและภายนอกหอไตรแต่อย่างใด ซึ่งประติมากรรมที่ใช้ประดับหอธรรมของวัดบ้านหลุก ประกอบด้วยประติมากรรมรูปเทวดาแกะสลักจากไม้เป็นตัวแทนของท้าวจตุโลกบาล คือ ท้าวทั้ง ๔ เป็นคติความเชื่อและแนวคิดของการสร้างหอธรรม แป้นน้ำย้อย หน้าบัน นกหัสดีลิงค์ เป็นประติมากรรมแกะสลักไม้และประดับด้วยกระจกจีน ป้านลม ช่อฟ้า สันนิษฐานว่าน่าจะทำจากไม้ปุ้ด้วยตองเหลืองเป็นช่อฟ้าศิลปะแถบลุ่มน้ำปิง (เชียงใหม่-ลำพูน) หน้าต่าง ใช้การเขียนลายบนชาด (หาง) เป็นลายเทวดาเดินประทักษิณ และชั้นบนของหอธรรมมีหีบธรรม บรรจุธรรมแบบใบลาน และปั๊บกระดาษสา ชั้นล่าง เป็นที่ประดิษฐานพระพุทธรูป ซึ่งนับเป็นหีบธรรมโบราณที่เหลืออยู่ในสภาพที่สมบูรณ์ที่สุด

๓.๒ รูปแบบและวิธีปฏิบัติกรรมฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน[๑]

คัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ฉบับวัดบ้านหลุก ตำบลเหมืองง่า อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ฉบับนี้เป็นคัมภีร์ใบลาน เส้นจาร จำนวน ๕ ผูก ๒๖๙ หน้าลาน แยกเป็น ผูกที่ ๑ จำนวน ๕๐ หน้าลาน, ผูกที่ ๒ จำนวน ๕๙ หน้าลาน, ผูกที่ ๓ จำนวน ๗๒ หน้าลาน, ผูกที่ ๔ จำนวน ๔๘ หน้าลาน, และผูกที่ ๕ จำนวน ๔๐ หน้าลาน ขนาดใบลาน กว้าง ๕ ซม ยาว ๕๗ ซม. เส้นจาร ลานละ ๕ บรรทัด อักษร

---

[๑] อ่านรายละเอียดใน พิสิฏฐ์ โคตรสุโพธิ์, "มูลกัมมัฏฐาน ฉบับวัดบ้านหลุก ตำบลเหมืองง่า อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน", [ออนไลน์], แหล่งที่มา : http://phil-re๔you.blogspot.com/๒๐๑๖/๐๘/blog-post.html [๑๗ ธันวาคม ๒๕๖๕]. และ วิโรจน์ อินทนนท์ ยศพล เจริญมณี และขนานยี่ จันทร์, "กัมมัฏฐานล้านนา ฉบับปริวรรต", **เอกสารต้นฉบับ,** (เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, มปป.), หน้า ๒๒๕ - ๒๔๒.

ธรรมล้านนา ภาษาบาลี-ไทยยวน สภาพลานสมบูรณ์ ผู้จาร มี ๓ ท่าน คือ ลุงหนาน ผูกที่ ๑ ปัญญาภิกขุ ผูกที่ ๓ และ "สุนันทภิกขุ ผูกที่ ๕ (ส่วน ผูกที่ ๒ และผูกที่ ๔ ไม่ปรากฏนามผู้จาร) ในปีจ.ศ. ๑๒๓๘ ตรงกับ พ.ศ. ๒๔๑๙

คัมภีร์นี้ถูกเก็บรักษาไว้ที่วัดบ้านหลุก คณะนักวิจัยนำโดย ผศ.ดร.วิโรจน์ อินทนนท์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ได้ทำการสืบค้นและอนุรักษ์พระคัมภีร์โบราณล้านนาที่วัดบ้านหลุก พิจารณาเห็นว่า เรื่อง "มูลกัมมัฏฐาน" นี้ เป็นหลักการปฏิบัติของพระภิกษุสามเณร ในด้านวิปัสสนาธุระอีกสำนวนหนึ่ง สมควรทำการปริวรรตและนำออกมาเผยแพร่ให้เป็นที่รู้จักว่าครูบาอาจารย์สายปฏิบัติภาวนาของอาณาจักรล้านนาในอดีต ได้มีหลักคำสอนและวิธีการแนะนำศิษย์สู่การปฏิบัติภาวนาเป็นเอกลักษณ์เฉพาะ แต่มีเป้าหมายเดียวกัน ได้แก่ "วิมุติรส" หรือ ความหลุดพ้นจากสังสารวัฏ สอดคล้องกับหลักปฏิบัติตามแนววิสุทธิ ๗ และคัมภีร์วิสุทธิมรรคด้วย

๓.๒.๑ คัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ผูกที่ ๑

มูลกรรมฐาน ผูกที่ ๑ มี ๕๐ หน้าลาน เริ่มต้นด้วยการปณามพระรัตนตรัย ประวัติของพระพุทธเจ้า ในช่วงปฐมโพธิกาล นับตั้งแต่พระองค์ทรงประสูติ เปล่ง "อาสภิวาจา" ที่ยืนยันว่าชาตินี้เป็นชาติสุดท้ายที่จะต้องมาเกิดอีก ในเอกสารยกย่องคุณสมบัติของพระพุทธเจ้าต่าง ๆ เช่น พระวาจาที่เปล่งหรือแสดงธรรมของพระพุทธเจ้ามีลักษณะ "แบบวจนวิลาส ๕ ประการ" คือ สดใส รู้ง่าย ฉลาด ลึกซึ้ง กึกก้อง พระพุทธเจ้ามีความยอดเยี่ยม ๔ ประการ ใครได้เห็น ได้ฟังธรรม ได้ถวายการอุปัฏฐากและได้รำลึกถึงพระองค์ก็ถือว่า เยี่ยมยอด(อนุตตริยะ) พระพุทธเจ้าบำเพ็ญจริยา ๓ คือ บำเพ็ญประโยชน์แก่โลก แก่ญาติ พุทธัตถจริยา และบำเพ็ญตนด้วยสัพพัญญูตัญญาณ พระองค์บรรลุวิชชา ๓ อภิญญา ๖ เป็นต้น ในส่วนที่ว่าด้วย อารมณ์กรรมฐาน จำแนกออกเป็นเรื่องต่างๆ ดังนี้

๑. โลก(ภพ) ทั้ง ๓ มี โอกาสโลก หมายถึงภพ ๓ ที่เกิดของสรรพสัตว์ สัตตโลก หมายถึงสัตว์ทั้งหลายที่อยู่ในภพ ๓ สังขารโลก หมายถึง จิตและเจตสิก ที่อันเป็นเหตุปัจจัยให้สัตว์เวียนเกิดเวียนตายใน ๓ ภพ ที่เรียกว่า โลก เพราะเป็นที่หลงมัวเมาของสัตว์ทั้งหลาย พระโยคาวจรพึงพิจารณาให้เห็นทุกข์และโทษของโลก(ภพ)แล้วจะเข้าสู่นิพพาน ภพ ๓ มี กามภพ ๑๑ ได้แก่ เทวโลก ๖ ชั้น มนุษย์โลก อบายภูมิ ๔ ที่ชื่อว่า กามภพ เพราะเสวยกามคุณ ๕ เป็นนิจ กามภพ อุปมา ดังขุมที่เต็มไปด้วยเลือด หนองฝี และหมู่หนอนทั้งหลาย ผู้ปฏิบัติจงพิจารณาให้เห็น กามภพเป็นโทษ รูปภพ ได้แก่ รูปพรหม ๑๖ ชั้น มี พรหมปริสัชชา เป็นต้นจนถึง อกนิฏฐาพรหม และพรหมทั้งหลายที่อยู่ในรูปภพมีเพียงประสาท ๒ อย่าง คือ จักขุประสาท และโสตประสาทเป็นหลัก อรูปภพ ได้แก่ อรูปพรหม ๔ ชั้น มี อากาสานัญจายตนะ วิญญาณัญจายตนะ อากิญจัญญายตนะ และ เนวสัญญานาสัญญายตนะ อรูปพรหม มีเพียงนามขันธ์ ๔ ไม่มีรูปขันธ์ อุปมาเป็นดังพยับแดด ภพทั้ง ๓ นี้ อุปมาดังคอก ๓ คอกที่คอยกักกันสัตว์ไว้ในวัฏฏสงสาร ฝูงสัตว์ที่มีโทษน้อยก็ขังไว้คอกด้านบน ที่มีโทษปานกลางก็ขังไว้คอกกลาง ส่วนมีโทษหนัก ก็ขังคอกใต้ ให้พญามัจจุราช มาฆ่าตายในคอกนั้น ตายแล้วเกิด เกิดแล้วตายนับชาติไม่ได้ ที่ชื่อว่าภพ เพราะเหตุว่า สัตว์ทั้งหลายแน่นหนาไปด้วยกิเลสบาปธรรมมี ราคะ โทสะ โมหะ มานะ ทิฏฐิ เป็นต้น ที่ชื่อว่า ภวสงสาร เพราะว่าสัตว์ทั้งหลาย หลงเวียนเกิดในสังสารวัฏฏ์เพราะมีอวิชชา และตัณหามาก

๒. สถานที่เกิดและที่อยู่ของสัตว์ทั้งหลาย มี ๔ ประเภท คือ ๑. โยนิ(กำเนิด) ๔ ได้แก่ ๑) ชลาพุชะ ถือปฏิสันธิด้วยน้ำ ๒) อัณฑชะ ถือปฏิสันธิด้วยไข่ ๓) สังเสทชะ ถือปฏิสันธิด้วยเหงื่อไคล ๔)โอปปาติกะ ถือปฏิสันธิด้วยกรรมอันแรงกล้า เมื่อตายลงแล้วก็กลับเกิดเป็นร่างใหม่ เหมือนนอนหลับแล้วตื่น ๒. คติ(ที่ไปเกิดแห่งสัตทั้งหลาย) มี ๕ แห่ง ได้แก่ ๑) พรหมคติ คื พรหมโลก ๒๐ ชั้น ๒) เทวคติ คือ เทวโลก ๖ ชั้น ๓) มนุสสคติ คือ มนุษยโลก (และสัตว์เดียรัจฉาน) ๔) นิริยคติ คือ นรก ๕) เปตาคติ คือ เปตร และ อสุรกาย ๓. วิญญาณฐิติ(ที่ตั้งวิญญาณ) มี ๗ ประการ ได้แก่ ๑) นิริยะ นรก ๒) เปตวิสัย ๓) อสุรกาย ๔) สัตว์ติรัจฉาน ๕) มนุสโลก ๖) เทวโลก ๗) พรหมโลก ๔. สัตตาวาส (ที่อยู่อาศัยของสัตว์) ๙ แห่ง ได้แก่ ๑. อรูปาวจรพรหม ๒. อสัญญีพรหม ๓. รูปาวจรพรหม ๔. กามาวจร เทวโลก ๕. มนุษย์โลก ๖. นรก ๗. อสุรกาย ๘. เปตวิไสย ๙. สัตว์ติรัจฉาน

๓. หลักปรมัตถสภาวธรรม จำแนกเป็น รูป และนาม มี ๒ หมายถึง ร่างกาย และจิตใจ “รูป” มีลักษณะแตกสลายไปเพราะปัจจัยต่างๆ “นาม” มีลักษณะ รู้ น้อมรับอารมณ์ รู้จักคิดอารมณ์เสมอ จำแนกโดยขันธ์ มี ๕ หมายถึง รูปขันธ์ ได้แก่ รูป ๒๘ เวทนาขันธ์ ได้แก่ เวทนาเจตสิกตัวเดียว (สัญญาขันธ์ ได้แก่ สัญญาเจตสิกตัวเดียว) สังขารขันธ์ ได้แก่ เจตสิก ๕๐ ตัวที่เหลือ วิญญาณขันธ์ ได้แก่ โลกิยจิต ๘๐(๘๑) ดวง (ตามอภิธรรม วิญญาณขันธ์ หมายถึง จิตทั้งหมด ๘๙ ดวงมีโลกิยจิต ๘๑ และโลกุตตจิต ๘) ขันธ์ทั้ง ๕ เป็นที่ตั้งอยู่แห่งทุกข์ มี ชาติทุกข์ ชราทุกข์ พยาธิมรณทุกข์ เป็นที่เกิดแห่งโทษ เมือทำบาปด้วยกิเลส ส่งโทษให้เกิดให้ตายในภพทั้ง ๓ จำแนกโดยอายตนะมี ๑๒ หมายถึง อายตนะภายใน ๖ มี ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อันเป็นที่รับรู้อารมณ์ภายนอก และอายตนะภายนอก ๖ ที่เป็นอารมณ์ให้ถูกรับรู้ มี รูป เสียงกลิ่นรส สัมผัส และธรรมารมณ์ จำแนกโดยธาตุมี ๑๘ หมายถึง อายตนะ ๑๒ และรวมเอาวิญญาณอีก ๖ ที่รับรู้อารมณ์ผ่านอายนตนะที่กล่าวมา(๖x๖x๖ = ๑๘) ที่ได้ชื่อว่าธาตุ เพราะเป็นที่ทรงทุกข์ทั้งมวล หรือ เพราะเหตุที่ว่างเปล่าจากสัตว์ บุคคล และตัวตน ชีพ จำแนกโดยส่วนของร่างกาย (โกฐากซากผี) มี ๓๒ หมายถึง ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ฯลฯ เยื่อสมอง ที่เป็นอาการ ๓๒ ในร่างกาย

๔. สามัญลักษณะ ๓ (ไตรลักษณ์) สังขารธรรม หมายถึง ธรรมที่เกิดจากการปรุงแต่งของเหตุปัจจัย ปัจจัยภายใน หมายถึงอวิชชาเป็นต้น ปัจจัย ภายนอก หมายถึง ธาตุ ๔ มีดิน น้ำ เป็นต้น ผสมรวมกันทำให้เกิดเป็นรูปร่างขึ้นมา ธรรม(สังขาร)อันใดเกิดแต่เหตุและปัจจัย ธรรม (สังขาร) นั้น ย่อมเป็นอนิจจะ ไม่จิรัง ยั้งยืน เที่ยงแท้ ธรรม(สังขาร)อันใดที่ไม่เที่ยง ธรรม(สังขาร)นั้นย่อมเป็นทุกข์ ธรรมอันใดเป็นทุกข์ ธรรมอันนั้น ก็ไม่ใช่ตน ไม่ใช่ของตน เพราะหาแก่นสารไม่ได้ เป็นสภาพเปล่า สภาพว่างจากแก่นสารทั้งมวล สังขารธรรมนั้น อุปมาเป็นดังหุ่นยนต์ ที่นายช่างได้สร้างขึ้นมา อวิชชา ตัณหา อุปาทาน และกรรม อุปมาเป็นดังนายช่างคอยปรุงแต่งให้หุ่นยนต์เป็นไปตามที่ตนต้องการ

เหตุนั้น โยคาวจร ผู้มีปัญญา ควรพิจารณา ปรมัตถสภาวธรรม ที่กล่าวมา นับตั้งแต่นามรูปเป็นต้น จนถึงกองสังขารเป็นที่สุด ให้มองเห็นชัดเจน รู้ตามสภาะที่เป็นไป ก็จักได้เบื่อหน่ายกองสังขาร บรรลุพระนิพพานอันเป็นบรมสุข

๕. สัจจนิเทศ พระโยคาวจร ควรพิจารณาให้เห็นแจ้งอริยสัจ ๔ ประการ คือ ทุกขสัจจะ หมายถึง อุปาทานขันธ์ ทั้ง ๕ เป็นที่ตั้งแห่งทุกข์ ทั้งมวล มีชาติทุกข์ พยาธิทุกข์ มรณะทุกข์เป็นต้น เป็นสิ่งที่ควรกำหนดรู้ สมุทัยสัจจะ หมายถึง เหตุให้เกิดทุกข์ ได้แก่ ตัณหา ๓ ประการ คือว่า

กามตัณหา ภวตัณหา และ วิภวตัณหา เป็นสิ่งที่ควรละ นิโรธสัจจะ หมายถึง นิพพาน ได้แก่การดับตัณหาด้วยอริยมัคคญาณ เป็นสิ่งที่ควรทำให้แจ้ง และมัคคสัจจะ หมายถึง มรรคที่ประกอบด้วยองค์ 8 มีสัมมาทิฏฐิเป็นต้น อันเป็นสิ่งกำจัดตัณหา เหตุแห่งทุกข์ และทำลายอวิชชา ที่ปิดกั้นการหยั่งเห็นอริยสัจจะ เป็นสิ่งที่ควรเจริญ

ในการเจริญกรรมฐาน ควรชำระศีลให้บริสุทธิ์ เมื่อศีลบริสุทธิ สมาธิย่อมตั้งมั่น เมื่อสมาธิตั้งมั่นดีแล้ว สัมมาปัญญาที่อบรมด้วย สมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา ย่อมทำลายมิจฉาทิฏฐิและวิปัลลาสให้หมดไปได้ การเจริญภาวนา พระโยคาวจร ต้องรักษาจิตที่มีปกติดิ้นรนกวัดแกว่งให้อยู่นิ่ง เหมือนช่างศร ดัดลูกสรให้ตรง เพราะจิตที่ฝึกดีแล้ว ย่อมนำความสุขมาให้ ควรพิจารณาไตรลักษณะ มีอนิจจตา ความไม่เที่ยงแท้แน่นอน ทุกขตา ความเป็นทุกข์ และ อนัตตตา ความเป็นสิ่งที่ไม่มีแก่นสารสาระ ย่อมเกิดความเบื่อหน่ายในสังขาร เพราะเห็นการเกิดและการดับของสังขาร ย่อมทำที่สุดแห่งทุกข์ไปได้ ต่อจากนั้น ก็เล่าถึงอนุปุพพิกถา มี ทานกถา ศีลกถา เป็นต้น

๓.๒.๒ คัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ผูกที่ ๒[๒]

มูลกัมมัฏฐาน ผูกที่ ๒ มีจำนวน ๕๙ หน้าลาน เริ่มด้วยการผูกคำฉันท์ภาษาบาลีว่า

นโม พุทฺธาย ทิวา วสติ   วุฑฺฒิ ภวตุ สพฺพทา

วนฺทิตฺวา สิรสา พุทฺธํ   ธมฺมํ สงฺฆญฺจ อุตฺตมํ

เทยฺยสฺส ภาสาย ปวกฺขามิ   กมฺมฏฺฐานํ ทุวิธํ ฯ

นโม พุทฺธาย ทิวา วสติ วุฑฺฒิ ภวตุ สพฺพทา วนฺทิตฺวา สิรสา พุทฺธํ ธมฺมํ สงฺฆญฺจ อุตฺตมํ เทยฺยสฺส ภาสาย ปวกฺขามิ กมฺมฏฺฐานํ ทุวิธํ ฯ โยคาวจรตนจักใคร่พ่ำเพงปฏิบริยัตติในสมถวิปัสสนาดั่งอั้น ควรชำระตัดเสียยังปลิโพธ ๑๐ จำพวกเสียก่อนแล ฯ

๑) การตัดปลิโพธ ๑๐

ผู้ประสงค์จะปฏิบัติสมถะ วิปัสสนา ควรตัดปลิโพธ (ความกังวล) ๑๐ ประการ ได้แก่

๑. อาวาสปลิโพธ ความกังวลเกี่ยวกับที่อยู่ ว่าจะต้องซ่อมต้องสร้าง แต่ถ้าอยู่แบบใจไม่ผูกพันก็ไม่เป็นไร

๒. กุลปลิโพธ ความกังวลเกี่ยวกับตระกูล ถ้าเป็นพระก็หมายถึงตระกูลอุปัฏฐาก ถ้าเป็นฆราวาสก็หมายถึงคนในครอบครัว ก็ควรวางใจให้ได้

๓. ลาภปลิโพธ ความกังวลเกี่ยวกับลาภ มีคนเลื่อมใสมาก ก็มีคนเอาของมาให้มาก มัววุ่นจัดของ หรือกังวลว่าจะรักษาของเหล่านั้น จนไม่มีเวลาเจริญกรรมฐาน ก็ควรหาโอกาสปลีกวิเวกบ้าง

---

[๒] วิโรจน์ อินทนนท์ และคณะ, “กัมมัฏฐานล้านนา ฉบับปริวรรต”, **เอกสารต้นฉบับ,** (เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, มปป.), หน้า ๒๒๕ - ๒๔๒.

๔. คณปลิโพธ ความกังวลเกี่ยวกับหมู่คณะ มีบริวารมาก ต้องกังวลในความประพฤติ หรือยุ่งกับงานสอน ต้องคอยตอบคำถาม ก็ควรมีผู้แบ่งเบาภาระบ้าง ให้มีหน้าที่กันเป็นลำดับชั้น ฝึกรุ่นพี่ให้มีความสามารถในการดูแลรุ่นน้อง อย่างนี้เป็นต้น

๕. กรรมปลิโพธ ความกังวลเกี่ยวกับการงาน เช่นงานก่อสร้าง ก็ควรทำให้เสร็จ หรือมอบหมายให้ผู้ที่มีความสามารถช่วยรับงานไป หรือวางใจได้ว่า “เสร็จเท่าที่ทำได้”

๖. อัทธานปลิโพธ ความกังวลเกี่ยวกับการเดินทางไกล เพราะมีธุระต้องไปทำ ก็ทำให้เสร็จให้หมดกังวล

๗. ญาติปลิโพธ ความกังวลเกี่ยวกับญาติ ข้อนี้เน้นในแง่เจ็บป่วย ก็ควรไปช่วยขวนขวายรักษา จนกว่าจะหมดห่วง

๘. อาพาธปลิโพธ ความกังวลเกี่ยวกับความเจ็บไข้ของตนเอง ก็ควรรักษาไปตามโอกาส ถ้าไม่หาย ก็ควรระลึกไว้ว่า กายป่วยได้แต่ใจจะไม่ป่วยด้วย

๙. คันถปลิโพธ ความกังวลเกี่ยวกับการศึกษาเล่าเรียน วุ่นวายอยู่กับการท่องจำหรือค้นคว้าตำรา แต่ถ้าเรียนแบบไม่วุ่นก็ไม่เป็นไร เพราะปริยัติที่จำเป็นเพื่อความพ้นทุกข์สำหรับแต่ละคนนั้นมีไม่มาก

๑๐. อิทธิปลิโพธ ความกังวลเกี่ยวกับฤทธิ์ ข้อนี้สำหรับผู้ที่มีฤทธิ์ ฤทธิ์ของปุถุชนเป็นของเสื่อมได้ ถ้ามัวแต่กังวลหรือยุ่งอยู่กับการรักษาฤทธิ์ ก็กลายเป็นปลิโพธ เจริญวิปัสสนาต่อไปไม่ได้

๒) การเลือกสถานที่

ในส่วนนี้ เป็นการกล่าวถึงสถานที่ที่ควรเลือกเป็นที่ปฏิบัติกัมมัฏฐาน และสถานที่ที่ไม่ควรเลือกเป็นที่ปฏิบัติกัมมัฏฐาน เรียกว่า สัปปายะอาวาส ๗ และ อสัปปายอาวาสะ ๑๘ ดังนี้

๑. สัปปายะอาวาส หมายถึง สิ่งที่สบาย สภาพที่เอื้อ สิ่งที่เกื้อกูล สิ่งที่เอื้อต่อการอยู่ดีและการที่จะพัฒนาชีวิต สิ่งที่เหมาะกัน อันเกื้อหนุนในการเจริญภาวนาให้ได้ผลดี ช่วยให้สมาธิตั้งมั่นไม่เสื่อมถอย มีด้วยกัน ๗ ประการ คือ

๑) อาวาสสัปปายะ ที่อยู่อันเหมาะสม ปลอดภัย

๒) โคจรสัปปายะ แหล่งอาหารอำนวย ที่เที่ยวบิณฑบาตที่เหมาะดี

๓) ภัสสสัปปายะ การพูดคุยที่เหมาะกัน ข่าวสาร และสื่อสารที่เอื้อปัญญา

๔) ปุคลลสัปปายะ บุคคลที่ถูกกันเหมาะกัน ไม่มีคนร้ายมีแต่ผู้ทรงคุณธรรม ทรงภูมิปัญญา

๕) โภชนสัปปายะ อาหารที่เหมาะกัน เกื้อกูลต่อสุขภาพ

๖) อุตุสัปปายะ ดินฟ้าอากาศธรรมชาติสิ่งแวดล้อมที่เหมาะกัน ไม่หนาวไป ร้อนไป

๗) อิริยาปถสัปปายะ อิริยาบถที่เหมาะกัน การเคลื่อนไหวที่พอดี อิริยาบถสมดุล

๒. อสัปปายอาวาสะ ๑๘ คือ สถานที่ไม่เหมาะต่อการเจริญภาวนา ควรหลีกเว้นให้ไกล มี ๑๘ ลักษณะ ได้แก่ อาวาสใหญ่ อาวาสใหม่ อาวาสเก่า อาวาสใกล้ทางสัญจร อาวาสใกล้บ่อน้ำและสระน้ำ อาวาสที่มีผัก อาวาสที่มีดอกไม้ อาวาสที่มีลูกไม้ อาวาสที่ฝูงชนมาบูชาสักการะมิได้ขาด อาวาสที่อยู่ใกล้เมือง อาวาสที่มีไม้และฟืน อาวาสที่อยู่ใกล้ที่ไร่และนา อาวาสที่มีชาวบ้านและภิกษุไม่ถูกกัน ขัดแย้งโต้เถียงกัน อาวาสที่เป็นท่าน้ำ หรือ ทางบกที่ชุมนุมของคนที่สัญจรไปมา อาวาสที่อยู่ในปัจจันตชนบท บ้านนอกขอบเมือง และอาวาสที่ยู่ระหว่างเขตแดนเมือง

๓. สถานที่อันเป็นอาวาสที่ควรกทำสมณธัมม์ ๖ ได้แก่

๑) “นาติทูรํ” ไม่ไกลนัก

๒) “นจฺจาสนฺนํ” ไม่ใกล้บ้านนัก

๓) “คมนาคมนสมฺปนฺนํ” สัญจรไปมาสะดวก

๔) “ทิวา อปฺปสทฺทํ” เสียงเบาในเวลากลางวัน

๕) “รตฺติยา อปฺปนิโฆสํ” ไม่มีเสียงดังในค่ำคืน

๖) “สปฺปฑํสมกสวาตาตปสิริสปสมฺผสฺสา” ไม่ถูกรบกวนด้วย เหลือบ ยุง แดด ลม และสัตว์ขบกัด มีงูใหญ่งูน้อย

๓) อัชฌาศัยแห่งเนกขัมมะ ๖ ประการ

ได้แก่

๑) “อโลภเนกขัมมะ” ไม่โลภ

๒) “อโทสเนกขัมมะ” ไม่โกรธ

๓) “อโมหเนกขัมมะ” ไม่หลงตามมิจฉา (สิ่งที่ผิด)

๔) “กามเนกขัมมะ” การข่มจิตใจไม่ให้น้อมไปสู่กามคุณทั้ง ๕ ได้แก่ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส

๕) “ปริวิเวกเนกขัมมะ” ยินดีอยู่ในที่สงัดคนเดียว

๖) “นิสรณเนกขัมมะ” น้อมใจสู่การออกจากวัฏฏทุกข์ มุ่งหน้าสู่นิพพาน

นอกจากนั้นยังจะต้องมีวิถีปฏิบัติ ๕ ประการ ได้แก่

๑) “อปฺปิจฺฉตา” ความเป็นผู้มักน้อย

๒) “สนฺตุฏฺฐิตา” ความเป็นผู้สันโดษยินดีในปัจจัยตามมีตามได้

๓) “สลฺเลขตฺตา” ความเป็นผู้ขัดเกลาบาป

๔) “อิธ ปจฺจยตา” ไม่ทำบาปต่อหน้าและลับหลัง

๕) “วิริยารมฺภตา” ความเป็นผู้ปรารภความเพียรในสมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐาน

บทว่า “กายสุจริตํ วจีสุจริตํ มโนสุจริตํ กายสุจริตะ ผะกอบด้วยตนอันดี อันบ่ควรถูกต้อง อย่าได้ถูกต้องอันจักบังเกิดตัณหานั้นแล วจีสุจริต ผะกอบด้วยคำปากคำจาอันดี อันบ่ควรจาอย่าจาหื้อจามีต้นว่า จาคำรหัดก็ดีกุหกก็ดีควรเว้นแล มโนสุจริต ผะกอบด้วยใจอันดีอันใดบ่ควรคึดควรคระนิงอย่าได้คึดคระนิงเทอะ อันนี้ชื่อว่าสุจริตธัมม์ ๓ จำพวกแล”

คือการดำรงตนอยู่ในสุจริต ๓ ประการ คือ กายสุจริต ทำแต่ความดี วจีสุจริต พูดกล่าวแต่สิ่งที่ดี และมโนสุจริต มีจิตใจที่ดีงาม และผู้ปฏิบัติต้องปฏิบัติตนให้เว้นจากการทำงานมาก เว้นจากการเจรจามาก เว้นจากความพอใจการคลุกคลีด้วยด้วยหมู่คณะ เว้นจากความพอใจในการนอนมาก (กมฺมิการามตา ภสฺสรามตา คณิการามตา นิทฺทารามตา) และถือธุดงควัตร ตามที่พระพุทธเจ้าทรงวางไว้เพื่อความก้าวหน้าในการปฏิบัติกัมมัฏฐาน (ปรากฏอยู่ในผูกที่ ๓)

๔) ประเภทของสมาธิ

ในส่วนนี้ ได้มีการกล่าวถึงประเภทของสมาธิไว้หลายระดับ ดังนี้

๑. ปณีตสมาธิ สมาธิอันละเอียด

๒. มัชฌิมสมาธิ สมาธิปานกลาง

๓. มุทุสมาธิ สมาธิที่มีกำลังอ่อน

๔. สุขสมาธิ อุปจารสมาธิ สมาธิใกล้ต่อการบรรลุฌาน

๕. อัปปนาสมาธิ สมาธิดิ่งแนบแน่น เป็นเอกัคคตาสมาธิ

๕) ยุคลธรรม ๖ คู่

๑. กายปสฺสทฺธิ จิตฺตปสฺสทฺธิ ความเลื่อมใสแห่งกายและจิต ธรรมคู่นี้ ทำให้อุทธัจจกุกกุจจะ ความฟุ้งซ่านรำคาญใจระงับไป

๒. กายลหุตา จิตฺตลหุตา ความเบาแห่งกายและจิต ธรรมคู่นี้ ทำให้ถีนมิทธะ ความหนักและความ(เชื่อง)ช้าแห่งกายและจิตระงับไป

๓. กายมุทุตา จิตฺตมุทุตา ความอ่อนแห่งกายและจิต ธรรมคู่นี้ ทำให้มานะ ความถือตัว และ ทิฏฐิ ความเห็นผิดระงับไป

๔. กายกมฺมญฺญตา จิตฺตกมฺมญฺญตา ความควรแก่การงานของกายและจิต ธรรมคู่นี้ ทำให้นิวรณ์ อันปิดกั้นกายและจิตไม่ให้ควรแก่การงานระงับไป

๕. กายปาคุญฺญตา จิตฺตปาคุญฺญตา ความคล่องแคล่ว ชำนาญแห่งกายและจิต ธรรมคู่นี้ ทำให้ อสทฺธา ความไม่ปลงใจเชื่อ ลังเล สงสัย การกระทำให้กายจิตลำบากระงับไป

๖. กายุชุคฺคตา จิตฺตุชุคฺคตา ความเชื่อตรงแห่งกายและจิต ธรรมคู่นี้ทำให้ มายา สาเถยฺย ความหลอกลวง อำพราง ทำให้เกิดการคดเลี้ยวแห่งกายจิต คือ เช่นต่อหน้าว่าอย่าหนึ่ง ลับหลังกลับว่าเป็นอีกอย่างหนึ่งระงับไป

๖) โอวาทานุสาสินี คำกล่าวอันเป็นการสั่งสอนเบื้องต้น

บทว่า “ปุคคละผู้(มี)บุญสมพานภาวนาคันจบพบ ปีติ คันตั้งกทำพัพพะแนงเชิงปลางเดียวนั้น ขุทฺทกปีติ เกิดเส้นขนลุกเยือก ๆ ดั่งอั้นก็ดีแล อาจารย์เจ้าตนสอนกัมมัฏฐานกล่าวว่าผู้นั้นมีบุญสมพานแล ผู้หาบุญบ่ได้แม่นว่ากทำ ๓๐ ปี เส้นขนหนึ่งก็บ่ลุกยังว่าอั้นก็เปนอันแท้แล มีผู้มีบุญสมพานกทำสัมริทธินัก อันกทำสมริทธินั้นเหตุกทำดีด้วยดั่งกล่าวพายหลังนั้นชุอันเทอะ ฯ อันหนึ่งหื้อหมั่นใคว่จานตน อันหนึ่งหมั่นจาผู้ปฏิบัตมีใจเสมอกัน อันหนึ่งสมริทธิคือปีติสมาธิเกิดนั้น”

บุคคลผู้มีบุญสมภาร เมื่อนั่งขัดสมาธิปฏิบัติภาวนาไป ถ้าเกิดปีติ มีขุทฺทกปีติ ได้แก่ อาการเกิดเส้นขนลุกเยือก ๆ (ขนชูชัน) ถือว่าดีนัก สำหรับผู้ไม่มีบุญสมภารเลย แม้ปฏิบัติไปจนถึง ๓๐ ปี เพียงขนสักเส้นหนึ่ง ก็ไม่ลุกชูชัน ถ้ากำหนดได้ว่า ด้วยวิธีปฏิบัติอย่างไรทำให้เกิดปีติขึ้นมาได้ จงปฏิบัติตามวิธีเก่านั้นเรื่อยไป

๗) การเกิดนิมิต (การเห็นในสมาธิ)

บทว่า “ปุคคละผู้จำเริญว่า พุทโธ พุทโธ นิมิตอันใดเปนต้นว่าหันรูปอันดีอันร้ายก็ดี หันรุ่งเรืองอย่ากัวอย่าเอาเปนอารัมมณะ อย่าวางปริกัมม์ไว้ ผิว่านิมิตอันนั้นบ่หายเท่าอทิฏฐาน (อธิษฐาน)หน่ายเสียว่า กูบ่เอานิมิตฝูงอันหันมานี้แล กูเท่าจักเอาสมาธิในพุทธคุณเจ้านี้แล ว่าอั้นหากจักหายชะแล แม่นว่าหันเปนดั่งรูปพระพุทธเจ้า แลกทำกัมมัฏฐานอันตนกทำนั้น หื้อละเสียสอนอันใหม่ดั่งอั้น ก็อย่าเอาย่อมหื้อเปนอนตรายดาย ผู้ใดรู้อุปเทสแจ้งสันนี้จิ่งได้ปีติสมาธิแล เหตุใด เหตุพุทธรูปเจ้าคุณเจ้าบ่เอานิมิตเปนอารัมมณะ เท่าเอาสภาวธัมม์เปนอารัมมณะดาย คือว่าเท่าเอาคุณพระพุทธเจ้าเปนอารัมมณะสิ่งเดียวแล ฯ”

บุคคลผู้เจริญพุทธานุสสติเป็นอารมณ์ บริกรรมว่า “พุทโธ พุทโธ” แล้วเห็นนิมิต เป็นต้นว่า รูปที่ดีหรือไม่ดีก็ตาม หรือเห็นแสงสว่างลุกโพลงก็ตาม จงอย่ากลัว และอย่านำมาเป็นอารมณ์ และอย่าปล่อยวางการบริกรรม ถ้านิมิตยังไม่หาย ให้อธิษฐานว่า “เราไม่ต้องการนิมิตเหล่านี้ แต่ต้องการสมาธิในพระพุทธคุณ” นิมิตก็จะหายไป แม้ว่าจะเกิดนิมิต เห็นเป็นรูปพระพุทธเจ้าก็ตาม ให้ละพุทธนิมิตนั้นเสีย เมื่อติดในนิมิต ย่อมเป็นอันตรายต่อความก้าวหน้าในการปฏิบัติกัมมัฏฐาน จงถือเอาสภาวธรรม คือ พระพุทธคุณเท่านั้น มาเป็นอารมณ์

๘) อนิมิตตกัมมัฏฐาน กัมมัฏฐานที่ไม่ถือนิมิตเป็นอารมณ์ ๑๘ ประการ

๑. อนุสสติ ๑๐ ได้แก่ พุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ สังฆานุสสติ สีลานุสสติ จาคานุสสติ เทวตานุสสติ อุปสมานุสสติ มรณานุสสติ แต่ต้นฉบับขาดไป ๒ คือ กายคตานุสสติ และ อานาปานสติ ซึ่งมีกล่าวไว้ในบทหลัง

๒. พรหมวิหาร ๔ ได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา

๓. อรูป ๔ ได้แก่ อากาสานัญจายตนะ วิญญาณัญจายตนะ อากิญจัญญายตนะ เนวสัญญานาสัญญายตนะ

๙) การจำแนกอารมณ์ของกัมมัฏฐาน

๑. กัมมัฏฐาน ๑๒ อย่าง ได้แก่ อนุสสติ ๑๐ (พุทธานุสสติ การระลึกถึงพระคุณของพระพุทธเจ้า ธัมมานุสสติ การระลึกถึงพระคุณของพระธรรม สังฆานุสสติ การระลึกถึงพระคุณของพระสงฆ์ สีลานุสสติ การระลึกถึงศีลที่ตนรักษา จาคานุสสติ การระลึกถึงทาน ความดีที่ตนสร้างไว้ เทวตานุสสติ การระลึกถึงคุณที่ทำให้คนเป็นเทวดา เช่น หิริ โอตตัปปะ และพระคุณของพ่อแม่ที่เป็นเทวดาของบุตรธิดา เทวดาหรือบุคลที่เคารพนับถือ อุปสมานุสติ การระลึกถึงพระคุณของพระนิพพาน มรณสติ การระลึกถึงความตายที่สัตว์โลกย่อมประสบ อานาปานสติ การระลึกถึงลมหายใจเข้าออก และกายคตาสติ การระลึกถึงความไม่งามปฏิกูลของอาการ ๓๒ มีผม ขน เล็บ ฟัน หนัง หรือที่เรียกว่าปัญจตจกรรมฐาน) และ อรูป ๒ คือ วิญญานัญญจายตนะ และ เนวสัญญานาสัญญายตนะ ถือสภาวธรรมเป็นอารมณ์

๒. กัมมัฏฐานที่เหลือ ๖ อย่าง ได้แก่ พรหมวิหาร ๔ และอรูป ๒ คือ อากาสานัญจายตน และ อากิญจัญญายตนะ ถือบัญญัตติเป็นอารมณ์ ชื่อว่า นวตัพพารัมมณะ

๓. กัมมัฏฐาน ๒๒ ได้แก่

๑) กสิณ ๑๐ ได้แก่ ปฐวีกสิณ เพ่งดิน อาโปกสิณ เพ่งน้ำ เตโชกสิณ เพ่งไฟ วาโยกสิณ เพ่งลม นีลกสิณ เพ่งสีเขียว โลหิตกสิณ เพ่งสีแดง ปีตกสิณ เพ่งสีเหลือง โอทากสิณ เพ่งสีขาว โอโลกกสิณ เพ่งแสงสว่าง และ อากาสกสิณ เพ่งอากาศ

๒) อสุภะ ๑๐ ได้แก่

๑) อุทธุมาตกอสุภ คือ ซากศพของคนและสัตว์ที่ตายไปแล้ว

๒) วินีลกอสุภ คือ ซากศพที่มีสีเขียว สีแดง สีขาว คละปนระคนกัน

๓) วิปุพพกอสุภ คือ ซากศพที่มีน้ำเหลืองไหลอยู่เป็นปกติ

๔) วิฉิททกอสุภ คือ ซากศพที่ขาดเป็นสองท่อนในท่ามกลางมีกายขาดออกจากกัน

๕) วิกขายิตกอสุภ คือ ซากศพที่ถูกสัตว์ยื้อแย่งกัดกิน

๖) วิกขิตตกอสุภ คือ ซากศพที่ถูกทอดทิ้งไว้จนส่วนต่างๆ กระจัดกระจายออกไปคนละทาง

๗) หตวิกขิตตกอสุภ คือ ซากศพที่ถูกสับฟันเป็นท่อนน้อยท่อนใหญ่

๘) โลหิตกอสุภ คือ ซากศพที่มีเลือดไหลออกเป็นปกติ

๙) ปุฬุวกอสุภ คือ ซากศพที่เต็มไปด้วยตัวหนอนคลานกินกันอยู่

๑๐) อัฏฐิกอสุภ คือ ซากศพที่มีแต่กระดูก

๓) อานาปานัสสติ และ กายคตานุสสติ มีปฏิภาคนิมิตเป็นอารมณ์

๔. กัมมัฏฐาน ๘ อย่าง คือ วิปุพพพกอสุภะ โลหิตกอสุภะ ปุฬุวกอสุภะ อานาปานัสสติ อาโปกสิณ เตโชกสิณ วาโยกสิณ และ อาโลก มีอารมณ์ไม่นิ่งในเบื้องต้น แต่เมื่อถึงปฏิภาคนิมิตแล้วย่อมไม่ไหว และกัมมัฏฐานที่เหลือ ๑๘ อย่าง ไม่เอานิมิตเป็นอารมณ์ ทั้งมวลนี้ เป็นปัจจัยซึ่งกันและกัน ดังนี้

๑) กสิณ ๙ เว้นอากาสกสิณ เป็นปัจจัยแก่อรูป ๔

๒) กสิณ ๑๐ เป็นปัจจัยแก่อภิญญาณ

๓) พรหมวิหาร ๓ เป็นปัจจัยแก่อุเปกขาพรหมวิหาร

๔) อรูปอันต่ำเป็นปัจจัยแก่อันบน

๕) เนวสัญญานาสัญญายตนะ เป็นปัจจัยแก่นิโรธสมาบัติ

๖) กัมมัฏฐานทั้งมวล เป็นปัจจัยแก่กันและกัน อันเป็นความสุขในอัตตภาวะนี้

๗) วิปัสสนา เป็นปัจจัยแก่ภวสัมปัตติ คือพร้อมด้วยภพสมบัติ

๕. จริต ๖ กับกัมมัฏฐาน

จริต ๖ ได้แก่ ราคจริต โทสจริต โมหจริต วิตกจริต สัทธาจริต และพุทธจริต

๑. อสุภะ ๑๐ กับ กายคตาสติ เป็นสัปปายะแก่ผู้ที่มีราคะจริต

๒. พรหมวิหาร ๔ กับ วัณณกสิณ ๔ มีต้นว่านีลกสิณ เป็นสัปปายะแก่ผู้ที่มีโทสจริต

๓. อานาปานสติ เป็นสัปปายะแก่ผู้ที่มีโมหจริตและวิตกจริต

๔. อนุสติ ๖ เป็นสัปปายะแก่ผู้ที่มีสัทธาจริต

๕. มรณานุสติ อุปสมานุสติ ธาตุววัตถาน และอาหารปฏิกุลสัญญา เป็นสัปปายะแก่ผู้ที่มีพุทธจริต

๖. กสิณที่เหลือจากนี้ก็ดี อรูป ๔ ก็ดี เป็นสัปปายะแก่บุคคลผู้เหมาะสม

๗. นอกเหนือจากกสิณทังหลาย กสิณเล็กๆ น้อยๆ เป็นสัปปายะแก่ผู้ที่มีวิตกจริต และกสิณอันใหญ่ เป็นสัปปายะแก่ผู้ที่มีโมหจริต

๑๐) สมถกัมมัฏฐานมี(อารมณ์) ๔๐ ชนิด

ได้แก่ กสิณ ๑๐ (ปฐวีกสิณ อาโปกสิณ เตโชกสิณ วาโยกสิณ เพ่งลม เพ่งสีเขียว กสิณปีตกสิณ โอทากสิณ โอโลกกสิณ และ อากาสกสิณ) อสุภะ ๑๐ (อุทุมาตกอสุภ วินีลกอสุภ วิปุพพกอสุภ วิฉิททกอสุภ วิกขายิตตกอสุภ หตวิกขิตตกอสุภ โลหิตตกอสุภ ปุฬุวกอสุภ วิกขิตตกอสุภ และ อัฏฐิอสุภ) อนุสสติ ๑๐ พรหมวิหาร ๔ อรูป ๔ อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑ จตุธาตุววัตถาน ๑ ในสมถกัมมัฏฐาน ๔๐ ข้อนี้ กสิณ ๑๐ นั้น โยคาวจรทั้งหลายไม่นิยมปฏิบัติ

นิมิตกัมมัฏฐาน

อนิมิตตกัมมัฏฐาน ๑๔ (สมาธิอันพิจารณาธรรมไม่มีนิมิต) คือ พุทธานุสติ ธัมมานุสติ สังฆานุสติ จาคานุสติ เทวตานุสติ อุปสมานุสติ มรณานุสติ เอกธาตุววัตถานสัญญา เอกธาตุววัตถาน เมตตา กรุณา มุทิตา อุเปกขา (ในฉบับปริวรรตกล่าวไว้เพียงแค่ ๑๓) และ อรูปทั้ง ๔

นิมิตตกัมมัฏฐานมี ๒๒ คือว่า กสิณ ๑๐ อสุภ ๑๐ กายคตาสติ ๑ อานาปนาสติ ๑ เปน ๒๒ แล ชื่อว่านิมิตกัมมัฏฐานแล หื้อไว้สติในนิมิตตกัมมัฏฐานดั่งกันแล

ผู้ประสงค์ที่จะปฏิบัติ ให้มีสติกำกับในจิตใจอยู่ทุกเมื่อ

๑๑) วิธีภาวนาอสุภะ ๑๐

๑. หากเห็นซากศพพุพอง จงยืนมองดูใกล้ๆ น้อมนำมาเป็นอารมณ์ เป็นนิมิต บริกรรมว่า “อุทฺธุมาตกํ ปฏิกูลํ” ดังนี้ไปเรื่อย ๆ หากมีบุญบารมีเยอะก็จะได้อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ

๒. หากเห็นซากศพเป็นสีเขียวช้ำ จงยืนมองดูใกล้ๆ น้อมนำมาเป็นอารมณ์ เป็นนิมิต บริกรรมว่า “วินีลกํ ปฏิกูลํ” ดังนี้ไปเรื่อย ๆ

๓. หากเห็นซากศพมีน้ำหนองไหลออกมา จงยืนมองดูใกล้ๆ น้อมนำมาเป็นอารมณ์ เป็นนิมิต บริกรรมว่า “วิปุพฺพกํ ปฏิกูลํ” ดังนี้ไปเรื่อย ๆ

๔. หากเห็นซากศพขาดเป็นท่อน ๆ จงยืนมองดูใกล้ๆ น้อมนำมาเป็นอารมณ์ เป็นนิมิต บริกรรมว่า “วิจฺฉิทฺทกํ ปฏิกูลํ” ดังนี้ไปเรื่อย ๆ

๕. หากเห็นซากศพถูกสัตว์แทะกิน จงยืนมองดูใกล้ๆ น้อมนำมาเป็นอารมณ์ เป็นนิมิต บริกรรมว่า “วิกฺขายิตกํ ปฏิกูลํ” ดังนี้ไปเรื่อย ๆ

๖. หากเห็นซากศพขาดเป็นท่อน เรี่ยราดไปทั่วบริเวณ จงยืนมองดูใกล้ๆ น้อมนำมา เป็นอารมณ์ เป็นนิมิต บริกรรมว่า “วิกฺขิตฺตกํ ปฏิกูลํ” ดังนี้ไปเรื่อย ๆ

๗. หากเห็นซากศพมีเลือดไหลออกมา จงยืนมองดูใกล้ๆ น้อมนำมาเป็นอารมณ์ เป็นนิมิต บริกรรมว่า “โลหิตกํ ปฏิกูลํ” ดังนี้ไปเรื่อย ๆ

๘. หากเห็นซากศพมีหนอนไต่ไปทั่วร่าง จงยืนมองดูใกล้ๆ น้อมนำมาเป็นอารมณ์ เป็นนิมิต บริกรรมว่า “ปุฬุวกํ ปฏิกูลํ ปฏิกูลํ” ดังนี้ไปเรื่อย ๆ

๙. หากเห็นซากศพเหลือแต่กระดูก จงยืนมองดูใกล้ๆ น้อมนำมาเป็นอารมณ์ เป็นนิมิต บริกรรมว่า “อฏฺฐิกํ ปฏิกูลํ” ดังนี้ไปเรื่อย ๆ

วิธีพิจารณาอสุภ ๑๐ ในผูกนี้ขาดแต่ หตวิกขิตตกอสุภ คือ ซากศพที่ถูกสับฟันเป็นท่อน น้อยท่อนใหญ่ ไม่ได้ถูกกล่าวไว้

๑๒) วิธีภาวนาอนุสติ ๑๐

ในส่วนนี้ได้มีการกล่าวถึงวิธีภาวนาอนุสติ ๑๐ อันมีพุทธานุสสติเป็นต้น เริ่มจากการขอขมาพระรัตนตรัย การหาสถานที่ปฏิบัติ ท่าทางในการนั่ง การอธิษฐานจิต เมื่อเริ่มต้นและในขณะการเจริญกัมมัฏฐานมีการบริกรรมในใจว่า“อปฺปมาโณ พุทฺโธ อปฺปมาโณ ธมฺโม อปฺปมาโณ สงฺโฆ ฯ” และเปลี่ยนเป็น “อิติปิ โส ภควา อรหํ” ๓ หน จากนั้น ให้ภาวนาคำว่า “อรหํ อรหํ” ไปตลอดจนกว่าจะหยุดพัก และการปฏิบัติกัมมัฏฐานภาวนา อนุสสติกัมมัฏฐานข้ออื่น ๆ ให้เริ่มต้นตามแนวทางเดียวกัน จะแตกต่างกันก็เพียงแต่คำบริกรรมภาวนา ต่อไปนี้

- คำภาวนาธัมมานุสสติ “สวากฺขาโต ภควตา ธมฺโม”

- คำภาวนาสังฆานุสสติ “สุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ”

- คำภาวนา สีลานุสสติ “อโห วต เม สีลานิ อขณฺฑานิ”

- คำภาวนาจาคานุสสติ “อโห วตาหํ วิคตมจฺเฉเรน เจตสา วิหรามิ”

- คำภาวนาเทวตานุสสติ “ยถา เทวา สุขํ ปปฺโปนฺติ ตถาหํ สุขํ ปาปุเณยฺยํ”

- คำภาวนาอุปสมานุสสติ “นิพฺพานํ อคฺคํ นิพฺพานํ อุตฺตมํ นิพฺพานํ อนุตฺตรํ”

- คำภาวนามรณานุสสติ “มรณํ เม ธุวํ มรณํ เม ธุวํ”

- คำภาวนากายคตานุสสติ ให้ถือเอา อาการใดอาการหนึ่งใน ๓๒ อาการ มี ผม ขน เล็บ เป็นต้น ดังคำภาวนา เกสา ว่า “เกสา ปฏิกูลา”

๑๓) การภาวนาอานาปานัสสติ

เริ่มต้นด้วยการกล่าวขอขมาพระแก้ว ๕ จำพวก จากนั้นนั่งให้ถูกต้อง พร้อมทั้งบริกรรมในใจว่า “พระพุทธเจ้าเปนที่เพิ่งแก้ข้า ฯลฯ ข้าจักภาวนาอาปานสติเจ้า” และจึงกำหนดลมหายใจเข้า-ออก ลมต้อง(สัมผัส)ที่ใดชัด เช่น ที่ปลายจมูก หรือ ที่ริมฝีปาก ก็จงตั้งสติกำหนดที่นั่น และใช้วิธีการนับ ๑ - ๑๐ ไปเรื่อยๆ

๑๔) การภาวนาเมตตาพรหมวิหาร

เริ่มต้นด้วยการหาสถานที่อันสงัด นั่งให้เหมาะสม หลับตา งับปาก ระลึกในใจว่า “อปฺปมาโณ พุทฺโธ อปฺปมาโณ ธมฺโม อปฺปมาโณ สงฺโฆ ฯ” แล้วจึงบริกรรมในใจว่า “อหํ สุขิโต โหมิ อหํ นิทฺทุกฺโข โหมิ” ๓ ที จากนั้นบริกรรมว่า “อหํ สุขิโต อหํ สุขิโต” ไปเรื่อย ๆ

๑๕) การภาวนากรุณาพรหมวิหาร

เริ่มต้นด้วยการหาสถานที่อันสงัด นั่งให้เหมาะสม หลับตา งับปาก ระลึกในใจว่า “สพฺเพ สตฺตา ทุกฺขา ปมุญฺจนฺตุ สพฺเพ ปาณา ทุกฺขา ปมุญฺจนฺตุ สพฺเพ ภูตา ทุกฺขา ปมุญฺจนฺตุ สพฺเพ ปุคฺคลา ทุกฺขา ปมุญฺจนฺตุ สพฺเพ สตฺตา อตฺตภาวปริยาปนฺนา ทุกฺขา ปมุญฺจนฺตุ” ๓ ที จากนั้นบริกรรมในใจว่า “สพฺเพ สตฺตา ทุกฺขา ปมุญฺจนฺตุ” ไปเรื่อย ๆ

๑๖) การภาวนามุทิตาพรหมวิหาร

เริ่มต้นด้วยการหาสถานที่อันสงัด นั่งให้เหมาะสม หลับตา งับปาก ระลึกในใจว่า “สพฺเพ สตฺตา ลทฺธสมฺปตฺติโต มา วิคตา โหนฺตุ ภิยฺโย สุขี โหนฺตุ” ๓ ที จากนั้นบริกรรมในใจว่า “สพฺเพ สตฺตา ลทฺธสมฺปตฺติโต มา วิคตา โหนฺตุ” ไปเรื่อย ๆ

๑๗) การภาวนาอุเปกขาพรหมวิหาร

เริ่มต้นด้วยการหาสถานที่อันสงัด นั่งให้เหมาะสม หลับตา งับปาก ระลึกในใจว่า “สพฺเพ สตฺตา กสฺส รุจิยา สุขี วา ทุกฺขา มุญฺเจยฺยุํ สพฺเพ สตฺตา กมฺมสกา กมฺมทายาทา กมฺมพนฺธุ กมฺมปฏิสรณา” ๓ ที จากนั้นบริกรรมในใจว่า “สพฺเพ สตฺตา กมฺมสกา” ไปเรื่อย ๆ

๑๘) การภาวนาอาหารปฏิกุลสัญญากัมมัฏฐาน

เริ่มต้นด้วยการหาสถานที่อันสงัด นั่งให้เหมาะสม หลับตา งับปาก ระลึกในใจว่า “อโห วต โภ อยเมว อาหาโร ปุคฺคเลน ปริภุตฺโต เหฏฺฐิมทนฺโต อุทุกฺขโล วิย อุปริทนฺโต มุสโล วิย จุณฺณวิจุณฺณํ กตฺวา อชฺโฌหริมาโน ปฏิกูโล วจฺจกุฏฺฐิ วิย โหติ” ๓ ที จากนั้นบริกรรมในใจว่า “อโห วต โภ อาหาโร ปฏิกูโล” ไปเรื่อย ๆ

๑๙) การภาวนาจตุธาตุววัตถานกัมมัฏฐาน

เริ่มต้นด้วยการหาสถานที่อันสงัด นั่งให้เหมาะสม หลับตา งับปาก ระลึกในใจว่า “อตฺถิ อิมสฺมึ กาเย ปถวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ ถทฺธกาโร ปถวีธาตุ โทรวนากาโร อาโปธาตุ อุณฺหากาโร เตโชธาตุ อีสรณากาโร วาโยธาตุ กกฺขฬลกฺขณา ปถวีธาตุ อาพนฺธนลกฺขณา อาโปธาตุ ปริปาจนลกฺขณา เตโชธาตุ วิถมฺภนลกฺขณา วาโยธาตูติ ฯ”จากนั้นบริกรรมในใจว่า “อตฺถิ อิมสฺมึ กาเย ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ” ไปเรื่อย ๆ

๒๐) การภาวนาปถมอรูปฌาน ทุติยอรูปฌาน ตติยอรูปฌาน จตุตถอรูปฌาน กัมมัฏฐาน

ปถมอรูปฌาน ให้ถือเอาอากาศในปฏิภาคนิมิต ปถวีกสิณ เป็นอารมณ์ และตั้งสติไว้ในอากาศนั้น จากนั้นบริกรรมในใจว่า “อากาโส อนนฺโต อากาโส อนนฺโต” ไปเรื่อย ๆ

ทุติยอรูปฌาน ให้ถือเอาปถมอรูปวิญญาณเป็นอารมณ์ จากนั้นบริกรรมในใจว่า “วิญฺญาณํ อนนฺตํ วิญฺญาณํ อนนฺตํ” ไปเรื่อย ๆ

ตติยอรูปฌาน ให้ถือเอานัตถิภาวะแห่งปถมอรูปเป็นอารมณ์ จากนั้นบริกรรมในใจว่า “นตฺถิ กิญฺจิ นตฺถิ กิญฺจิ” ไปเรื่อย ๆ

จตุตถอรูปฌาน ให้ถือเอาตติยอรูปเป็นอารมณ์ จากนั้นบริกรรมในใจว่า “สนฺตเมตํ ปณีตเมตํ” ไปเรื่อย ๆ (จบสมถกัมมัฏฐาน ๔๐)

๒๑) การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

เริ่มต้นด้วยการขอขมาพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก (พิธีขอขมาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ พระกัมมัฏฐาน และครูบาอาจารย์ผู้ให้กัมมัฏฐาน) จากนั้นหาสถานที่อันสงัด นั่งขัดสมาธิ ตั้งจิตอธิษฐานมอบตนแก่พระพุทธเจ้า แล้วจึงอธิษฐานในใจว่า “โย พุทฺธเสฏฺโฐ วรธมฺมราชา เชตวฺาน มารํ สคฺคนํ อเสสํ ปตฺโตว โพธิตรุราชมุลฺเลตํ พุทฺธเสฏฺฐํ สิรสา นมามิ ฯ อปฺปมาโณ พุทฺโธ อปฺปมาโณ ธมฺโม อปฺปมาโณ สงฺโฆ ฯ” จากนั้น พิจารณาส่วนของร่างกาย ไล่ไปตามอาการ ๓๒ ให้เห็นว่าส่วนทั้งหมด(อาการ ๓๒ อย่าง) นี้รวมกันเข้าเป็นเพียงกองสังขาร (กองเดียว) กองธาตุ ๔๒ ปราศจากสัตว์บุคคล เป็นเพียงอุปาทานขันธ์ ๕, อายตนะ ๑๒, ธาตุ ๑๘, สรุปเป็นเพียงนามและรูป ๒ ประการ เรียกว่า กองสังขารธรรมอันเดียว

๒๒) การพิจารณาลักษณะของรูปและนาม

ลักษณะของรูปธรรม “(วิโรธปจฺจเยน) รูปนลกฺขณํ” มีการแตกทำลายไปด้วยวิรุทธปัจจัย มีความเย็นและร้อนเป็นต้นเป็นลักษณะ ลักษณะของนามธรรม ได้แก่ “นมนลกฺขณํ” มีการน้อมไปสู่อารมณ์อย่างรวดเร็ว เป็นลักขณะ รูปและนามทั้ง ๒ อาศัยซึ่งกันจึงทำให้กิจกรรม และการเคลื่อนไหวอิริยาบถเป็นไปได้ “ปงฺคุลนฺธสทิสํ” เป็นดุจคนง่อยเปลี้ยและคนตาบอด(สองคน) อาศัยกันและกันสัญจรไปมาได้สำเร็จ มีคำภาวนาว่า “รูปนลกฺขณํ รูปํ นมนลกฺขณํ นามํ” การกำหนดรู้ลักษณะรูปนามเช่นนี้ เป็นการภาวนาทิฏฐิวิสุทธิ

ต่อจากนั้น ให้ภาวนากังขาวิตรณวิสุทธิติดไปดังนี้ “อเหตุกํ อปจฺจยํ อิทํ นามรูปํ นุปฺปชฺชติ น ปวตฺตติ สเหตุกํ ปน สปฺปจฺจยํ นามรูปํ อุปฺปชฺชติ ปวตฺตติ” ชนกเหตุและอุปถัมภกปัจจัยให้นามรูปทั้ง ๒ เกิด คือ อวิชชา ตัณหา อุปทาน ข้าวน้ำโภชนะอาหารอันสัตว์ทั้งหลายบริโภคทุกวันเป็นอุปถัมภกปัจจัยค้ำชูเลี้ยงดูนามรูปไม่ให้เหี่ยวแห้ง นามรูปไม่ใช่สิ่งที่ผู้มีฤทธิดลบันดาลปรุงแต่งขึ้นมา แต่เพราะ อวิชชา ตัณหา อุปทาน กรรม อาหาร เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เกิดขึ้น มีคำภาวนาว่า “สเหตุกํ สปจฺจยํ นามรูปํ สเหตุกํ สปจฺจยํ นามรูปํ” เป็นการภาวนากังขาวิตรณวิสุทธิ

เมื่อภาวนากังขาวิตรณวิสุทธิแล้ว ให้ยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาญาณ พิจารณารูปนาม ให้เห็นลักษณะ ๓ ประการ คือ เป็นอนิจจัง ไม่เที่ยงแท้ เกิดดับทุกขณะ เป็นทุกข์ เป็นภัย ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ และเป็นอนัตตา ความไม่มีตัวตน แก่นสารที่ยั่งยืน พระนิพพานเท่านั้น มีสภาวะยั่งยืน และสงบ และให้ใส่ใจบริกรรม ตามภาษาบาลี ดังนี้ “ยงฺกิญฺจิ นามรูปํ อตีตํ วา ปจฺจุปนฺนํ วา อนาคตํ วา อชฺฌตฺตํ วา พหิทฺธา วา โอฬาริกํ วา สุขุมํ วา หีนํ วา ปณีตํ วา ยํ ทุเร วา สนฺติเก วา สพฺพนฺตํ นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน หุตฺวา อภาวตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ สพฺพนฺตํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน อภิณฺหํ อุทฺทยวยปฏิปีฬนฏฺเฐน สุขํ วต นิพฺพานํ สพฺพนฺตํ นามรูปํ อนตฺตา อตฺตโน สนฺตกา อวสวตนฏฺเฐน อสสารกฏฺเฐน สารํ วต นิพฺพานํ”

“นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน” ว่า ๓ ที และหากจะพิจารณาปลงสังเวชบทใด ให้พิจารณาบทนั้น คำภาวนาสำหรับพิจารณาไตรลักษณะสั้น ๆ ว่าดังนี้

อนิจจภาวนา “นามรูปํ อนิจฺจํ นามรูปํ อนิจฺจํ”

ทุกขภาวนา "นามรูปํ ทุกฺขํ นามรูปํ ทุกฺขํ"

อนัตตาภาวนา "นามรูปํ อนตฺตา นามรูปํ อนตฺตา"

๓.๓.๓ คัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ผูกที่ ๓

มูลกัมมัฏฐาน ผูกที่ ๓ นี้ มีจำนวน ๗๒ หน้าลาน เริ่มจากการปฏิบัติธุดงควัตร ผู้แต่งเริ่มต้นด้วยภาษาบาลีว่า "นโม พุทฺธาย ภควติ หิ ปริจตฺตา โลกามิสฺสา น กาเย จ ชีวิตา จ อนุเปกฺขานํ อนุโลมปฏิปทํเยว อาราเธตุกามานํ กุลปุตฺตานํ เตรส ธูตงฺคานิ อนุญฺญาตานิ" ความว่า ธุดงควัตรทั้งหลาย ๑๓ ข้อนี้ พระพุทธเจ้าอนุญาตแก่กุลบุตรผู้มุ่งนิพพาน สละโลกามิส ไม่มีความอาลัยในตนและชีวิต สำหรับผู้ติดโลกามิส มีความอาลัยในตนและชีวิต ไม่ควรถือธุดงควัตร หากถือโดยไม่มีความตั้งใจ เรียกว่า เป็นโจรในศาสนาของพระพุทธเจ้า

การถือธุดงค์ เป็นประเพณีของพระอริยเจ้าทั้งหลาย

๑. ธุตังควัตรมี ๑๓ ข้อ ได้แก่

๑) ปังสุกุลิกังคะ วัตรถือการทรงผ้าบังสุกุล

๒) เตจีวริกังคะ วัตถือการทรงผ้า ๓ ผืน

๓) ปิณฑปาติกังคะ วัตรถือการบิณฑบาต

๔) สปทานจาริกังคะ วัตรถือการบิณฑบาตตามลำดับประตูเรือน

๕) เอกาสนิกังคะ วัตรถือการฉันอาหารคราบเดียว(ฉันเอกา)

๖) ปัตตปิณฑิกังคะ วัตรถือการฉันอาหารในบาตร

๗) ขลุปัจฉาภัตติกังคะ วัตรถือการไม่ฉันข้าวเมื่อภายหลัง(จากการห้ามภัต)

๘) อรัญญิกังคะ วัตรถือการอยู่ในป่า

๙) รุกขมูลิกังคะ วัตรถือการอยู่ที่โคนไม้

๑๐) อัพโภกาสิกังคะ วัตรถือการอยู่กลางแจ้ง (ที่โล่ง ไม่มีสิ่งมุงบัง)

๑๑) โสสานิกังคะ วัตรถือการอยู่ในป่าช้า

๑๒) ยถาสันถติกังคะ วัตรถือการอยู่ในเสนาสนะตามที่เขาจัดแต่งไว้ให้

๑๓) เนสัชชิกังคะ วัตรถือการไม่นอน(เอนหลังหลับ)

๒. ลักษณะการสมาทาน

เมื่อภิกษุจะสมาทานธุตังควัตร ควรไปสมาทานในสำนักของพระภิกษุรูปที่ถือธุตังควัตรนั้น ผู้จะปฏิบัติธุดงค์ ควรขอนิสสัยเพื่อฝากตนเป็นศิษย์ และขอให้ท่านเป็นอาจารย์ แล้วสมาทานธุดงค์ ถ้าไม่มีภิกษุที่ถือธุดงควัตรในที่นั้น ให้ไปสมาทานเอาที่พระเจติยสรีรธาตุของพระพุทธเจ้าก็

ได้ เมื่อจะสมาทานธุตังควัตรในสำนักเจติยะ ควรไปกวาดชำระลานเจติยะให้สะอาดแล้วสมาทานเอาด้วยใส่ใจเลื่อมใส เป็นดังสมาทานในสำนักพระพุทธเจ้า

ธุตังควัตร ๓ ข้อ ได้แก่ วัตรถือการทรงผ้าบังสุกุล วัตรถือการบิณฑบาตร วัตรถือการฉันอาหารคาบเดียว ย่อมเป็นสัปปายะ(เหมาะ) แก่โยคาวจรภิกษุทั้งมวล ภิกษุควรสมาทานธุตังควัตรทั้ง ๓ ข้อ ให้เป็นหลักเบื้องต้นก่อน ถ้าต้องการปฏิบัติให้ยิ่งขึ้นไป จึงค่อยสมาทานเพิ่มเอา ถ้าไม่ประสงค์เพียงถือธุตังควัตร ๓ ข้อ ก็ถือว่าเป็นการเหมาะสมแล้ว

๓. วิธีการการปฏิบัติธุดงค์แต่ละข้อ

๑) ปังสุกุลิกังคะ วัตรถือการทรงผ้าบังสุกุล ภิกษุจะสมาทานวัตรทรงผ้าบังสุกุล ให้เปล่งคำสมาทานว่า "คหปติทานจีวรํ ปฏิกฺขิปามิ" ๓ หน หรือ "ปํสุกูลิกงฺคํ สมาทิยามิ" ๓ หน (๒ บทนี้ จะว่าอันใด หรือจะว่าทั้ง ๒ ก็ได้)

ผ้าบังสุกุลมี ๒๓ ชนิด ได้แก่ ๑. โสสานิกํ ผ้าที่เขาละเสียในป่าช้า เช่น ผ้าบังสุกุลในงานศพ หรือ ผ้าห่อซากศพทิ้งในป่าช้า ๒. ปาปณิกํ ผ้าที่ตกหล่นในแทบประตูตลาด ที่เจ้าของไม่ต้องการ ๓. รถิยโจฬํ ผ้าที่ผู้ประสงค์บุญทอดในหนทางหลวงให้แก่ภิกษุ ๔. สงฺการโจฬํ ผ้าที่เขาทอดทิ้งในกองหยากเหยื้อ ๕. โสตฺถิยํ ผ้าที่เปื้อนมลทินครรภ์เขาทิ้ง คือ ผ้าที่เช็ดคราบทารกแรกเกิด ๖. นฺหานโจฬํ ผ้าอันหมอผีนุ่ง หรือ ให้คนนุ่งไปบูชาผี กลับมาอาบน้ำ ดำหัว ทอดทิ้งเสียด้วยถือว่าเป็นจังไร ๗. ติตฺถโจฬํ ผ้าที่คนทอดทิ้งในท่าอาบน้ำ ๘. คตปจฺจาคตํ ผ้าที่คนนุ่งไปป่าช้าผี กลับคืนมาอาบน้ำ ทอดทิ้งเสีย ๙. อคฺคิทฑฺฒํ ผ้าที่ถูกไฟไหม้แล้วคนคิดว่ามันเป็นสิ่งไม่ดีทอดทิ้งเสีย ๑๐. โคขายิตํ ผ้าที่ถูกวัวเคี้ยว(ถือว่าเป็นกาลกิณี) ๑๑. อุปจิกาขายิตํ ผ้าที่ถูกปวกแทะ (ถือว่าเป็นกาลกิณี) ๑๒. อุนฺทูรขายิตํ ผ้าที่ถูกหนูกัด (ถือว่าเป็นกาลกิณี) ๑๓. อนฺตฉินฺนํ ผ้าที่ชายผ้าขาดไป (ถือว่าเป็นกาลกิณี) ที่คนเขาทิ้ง ๑๔. ธชาหฏํ ผ้าทำธงที่ท่าเรือ หรือ ที่สนามรบเขาละทิ้ง ๑๕. ถูปจีวรํ ผ้าที่พันไว้รอบจอมปวกปูชาพลีกรรม ๑๖. สมณจีวรํ ผ้าที่ภิกษุให้ ได้แก่ ผ้าที่ภิกษุทอดถวาย ๑๗. อาภิเสกิกํ ผ้าที่เขาใช้ในพิธีอภิเสกท้าวพญาและทิ้ง ๑๘. อิทฺธิมยํ ผ้าที่ได้ด้วยริทธี เช่น การบวชเป็นภิกขุด้วยเอหิภิกขุ ๑๙. ปนฺถิกํ ผ้าที่ตกหายเสียในละแวกหนทาง(ถ้ารอเจ้าของแล้วไม่กลับมาเอา) ๒๐. วาตาหฏํ ผ้าที่ถูกลมพัดหอบขึ้นไปตกที่ไกล เจ้าของผ้าไม่เห็น ๒๑. ทสฉินฺนํ ผ้าขาดที่หัวมุมอันตสินัง ผ้าหัวเงินขาด ได้แก่ ผ้านุ่งที่คนนุ่งแล้วขาดเสีย ๒ หัวเงินก็ดี หรือหัวเงินหนึ่งก็ดี ไม่เย็บแต่เอาไปทิ้งเสีย ๒๒. เทวทตฺติยํ ผ้าที่เทวดาให้ ๒๓. สามุทฺทิยํ ผ้าที่ถูกคลื่นลมซัดจากมหาสมุทรมาเกยหาด ได้แก่ ผ้าที่ตกในน้ำมหาสมุทรถูกคลื่อนซัดมาเกยบก ผ้าชนิดอื่นๆ จากที่กล่าวมาแล้ว ไม่ถือว่าเป็นผ้าปังสุกุล

ภิกษุผู้ถือระดับเคร่ง (อุกกฤต) หาผ้าจากป่าช้าอย่างเดียว ผู้ถือระดับปานกลาง (มัชฌิมะ) ไปชักเอาผ้าที่เขาทอดทิ้งไว้ในที่ต่างๆ ผู้ถือระดับหย่อน (มุทุ) ชักเอาเฉพาะผ้าที่เขามาทอดแทบเท้า

คำภาวนาในตอนไปชักผ้าบังสุกุล ภิกษุผู้ถือวัตรปังสุกูลิกังคะ เห็นผ้าที่ตกหล่น ในที่ต่างๆ เมื่อเห็นว่า ไม่มีเจ้าของหวงแหน พึงกล่าวคำร้องทักก่อนว่า "อิทํ เกน ปติตํ" ๓ หน แล้วนั่งกระโหย่งเอามือกำผ้ากล่าวว่า "อสฺสามิกมิทํ ปงฺสุกุลจีวรํ ปรมเชคุจฺฉํ อิมํ ปฏิคณฺหามิ อิทํ จีวรํ จ อหํ จ สงฺขารคตา อนิจฺจา ทุกฺขา อนตฺตา วิปริณามธมฺมา" ๓ หน แล้วพิจารณาปัจจเวกขณะว่า "ยถาปจฺจยํ ปวตฺมานํ (...ยทิทํ จีวรํ) จนถึง ชายนฺติ" แล้วนำไปใช้เถิด เมื่อจะเอาผ้าบังสุกุลที่คนมาทอดให้ในที่แทบเท้า

ไม่ควรร้องทัก เพียงเอามือกำผ้านั้นแล้วกล่าวว่า “ปาทมูลจีวรมิทํ อริยตนฺตึ อริยปเวณึ อริยวํสํ อิมํ ปฏิคณฺหามิ อิทํ จีวรํ จ อหํ จ สงฺขารคตา อนิจฺจา ทุกฺขา อนตฺตา วิปริณามธมฺมา” ๓ หน และพิจารณาปัจจเวกขณะ ดังที่กล่าวมา

อานิสงส์ การที่ภิกษุทรงวัตรถือผ้าบังสุกุล ถือว่าได้ ปฏิบัติควรแก่นิสัย ๔ เป็นผู้ตั้งอยู่ในอริยวังสะ ได้ละความโลภในผ้าจีวร ได้บรรเทาตัณหา มีบริขารอันสมควรแก่สมณะ เป็นผู้น่าเลื่อมใส เป็นผู้มักน้อย เป็นแบบอย่างแก่อนุชน

๒) เตจีวริกังคะ วัตรถือการทรงผ้า ๓ ผืน คำสมาทานว่า “จตุตฺถจีวรํ ปฏิกฺขิปามิ” ๓ หน “เตจีวริกงฺคํ สมาทิยามิ” ๓ หน (๒ บทนี้ว่าอันใด หรือ ทั้ง ๒ ก็ได้) ผ้า ๓ ผืน ได้แก่ ผ้าสบง จีวร สังฆาฏิ ผ้าใหญ่ควรทรง ๓ ผืน ผ้าน้อย เป็นต้นว่า กายพันธ์(ประคตเอว) ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดเหงื่อ ผ้าเช็ดมือ สลุบบาตร(ถุงหุ้มบาตร/สลกบาตร) ผ้านิสีทนะ(ผ้ารองนั่ง) ถุง ผ้าเหล่านี้ ไม่นับเข้าในผ้าจีวรหลัก ๓ ผืน ก็ควรใช้ได้ แม้ผ้าห่ม ผ้าจีวรทาน ผ้าอาบน้ำ เครื่องลาด ที่ถวายประจำเสนาสนะ กุฏิ หรือ เจดีย์ ใช้ได้ วัตรไม่ขาด

ผู้ถือวัตรทรงไตรจีวร มี ๓ ระดับ คือ ระดับเคร่ง ระดับปานกลาง และระดับหย่อน ผู้ถือระดับเคร่ง ไม่ควรนุ่งหรือหุ่มผ้าผืนอื่น อยู่ในที่ใกล้บ้าน จะย่อมผ้า ให้ย้อมทีละผืน คือ นุ่งสบง ย้อมจีวร และสังฆาฏิ หรือ นุ่งจีวร ย้อมสบง และสังฆาฏิ ห้ามนุ่งผ้าสังฆาฏิ ย้อมผ้าที่เหลือ ถ้าอยู่ในเสนาสนะป่า จะย้อมพร้อมกันทั้ง ๓ ผืนก็ได้ (ไม่ให้นำผ้าอื่นมานุ่ง) อนุญาตให้เปลือยกายได้ แต่ต้องนั่งใกล้ผ้าของตน ผู้ที่ถือขนาดกลางและขนาดหย่อน ใช้นุ่งผ้าอื่นได้ เมื่อย้อมทั้ง ๓ ผืน อังสกาสาวะ ได้แก่ ผ้าปกไหล่ กว้างคืบหนึ่ง ยาว ๓ ศอก ผู้ถือ ติจีวรระใช้ได้

อานิสงส์ วัตรถือทรงผ้า ๓ ผืน ถือได้ว่า ได้ละตัณหาโลภในผ้าอันเหลือ ได้บรรเทาตัณหายินดีในเครื่องบริโภค หาปลิโพธในผ้าไม่ได้ มีปริขารอันน้อยอันเบา ไม่มีกิจธุระอันมาก เป็นผู้ประพฤติเบา เป็นผู้ประพฤติขัดเกลากิเลส เป็นผู้มีความปรารถนาน้อย เป็นเหตุอันใกล้นิพพาน

๓) ปิณฑปาติกังคะ วัตรถือการบิณฑบาต

คำสมาทาน “อติเรกลาภํ ปฏิกฺขิปามิ” ๓ หน “ปิณฺฑปาติกงฺคํ สมาทิยามิ” ๓ หน (๒ บทนี้ว่าอันใด หรือ ทั้ง ๒ ก็ได้) ผู้ถือวัตรข้อนี้ เที่ยวบิณฑบาตฉันเท่านั้น ไม่รับอาหารที่ได้นอกเหนือการออกบิณฑบาต เรียกว่า อติเรกลาภ มี ๑๔ ชนิด ได้แก่ ๑. สงฺฆภตฺตํ อาหารที่ทายกนำมาสู่วิหารถวายแก่สังฆะทั้งหลาย ๒. อุทฺเทสภตฺตํ คืออาหารที่เขาถวายเจาะจงพระภิกษุกรือสงฆ์ตามลำดับวันละ ๑ ตน ๒ ตนไปทุกวัน ๓. นิมนฺตนํ อาหารที่เขานิมนต์ไปรับ ๔. สลากภตฺตํ อาหารที่ถวายด้วยวิธีจับฉลาก ๕. ปกฺขิกํ อาหารที่ถวายในวันปักขสีลทุกวันไม่ขาด ๖. อุโปสถิกํ อาหารที่คนมารักษาอุโปสถศีลเตรียมไว้บริโภค แต่นำมาถวายทานแก่สงฆ์ทุกวันอุโบสถ ๗. ปฏิปาทิกํ อาหารที่เขาถวายหลังวันศีล ๑ วัน ๘. อาคนฺตุกภตฺตํ อาหารที่เตรียมสำหรับพระอาคันตุกะผู้มาใหม่ ๙. คมิกภตฺตํ อาหารที่เตรียมถวายภิกษุผู้จะเดินทาง ๑๐. คิลานภตฺตํ อาหารที่เตรียมถวายภิกษุอาพาธ ๑๑. คิลานุปฏฺฐากภตฺตํ อาหารที่เตรียมถวายภิกษุผู้เฝ้าพระอาพาธ ๑๒. วิหารภตฺตํ อาหารที่เขานำมาให้กับกุฏีวิหาร ๑๓. ธุรภตฺตํ(นิจฺจภตฺตํ) อาหารที่เขายินดีนำมาถวายประจำ ๑๔. วารภตฺตํ อาหารที่คนแบ่งกันเป็นวาระให้นำมาถวายเมื่อถึงวาระของตน

การใส่ใจภาวนาขณะออกเดินบิณฑบาต

ภิกษุผู้ถือวัตรบิณฑบาต ก่อนจะเดินออกไปบิณฑบาต ให้เอาน้ำล้างบาตร หุ่มผ้าสังฆาฏิ กลัดลูกกระดุมผ้าให้เรียบร้อย เอามือประคองบาตร กล่าวคำสมาทานวัตรที่จะเดินบิณฑบาตว่า

"อยนฺทานิ โข สา สพฺพญฺญูพุทฺธปจฺเจกพุทฺธพุทฺธสาวเกหิ ปฏิปนฺนา อิมํ เนกฺขมฺม ปฏิปทํ ปูเรสึ ปูเรสฺสามิ อิมาย ปฏิปทาย ชาติชราพยาธิมรณทุกฺขมฺหา ปริมุญฺจิสฺสามิ"

เอา(สาย)บาตรห้อยไหล่ เข้าไปสู่บ้านอันเป็นที่โคจรคาม สำรวมกายตามหลักเสขิยวัตร จงทำมนสิการกัมมัฏฐานขณะที่เดินไป ด้วยอนุสสติถึงพุทธคุณ ๑๐ ประการ (ตามพระบาลี พุทธคุณมี ๙ ประการ) ว่า

"โส ภควา อรหํ อิติปิ" เป็นต้น จนถึง "โส ภควา (พุทฺโธ) อิติปิ" เป็นที่สุด และบริกรรมพุทธคุณข้อใดข้อหนึ่งไปตลอด

ถ้าบริกรรมพุทธคุณ ก็ให้บริกรรมลักษณะทั้ง ๓ (ไตรลักษณ์) ของนามรูปว่า "นามรูปํ อนิจฺจํ นามรูปํ ทุกฺขํ นามรูปํ อนตฺตา" แล้วบริกรรมเพียง ลักษณะนาม/รูป ข้อใดข้อหนึ่งไปตลอด

เมื่อเข้าไปในหมู่บ้านให้บริกรรมคำแผ่เมตตาว่า "สพฺเพ สตฺตา สุขีตา โหนฺตุ"ไปจนถึงประตูเรือน

เมื่อเถิงเรือนนั้น ให้ยืนอยู่ที่ตรงกับประตูเรือน อย่าให้ไกลหรือใกล้เรือนนัก อย่ารีบด่วนหนีไปเร็วนัก อย่ารอนานจนเกินไปนัก เมื่อคนนำอาหารมาใส่บาตร ให้พิจารณา (ธาตุ) ปัจจเวกขณะ ว่า

"ยถาปจฺจยํ ปวตฺตมานํ ธาตุมตฺตเมเวตํ ยทิทํ ปิณฺฑิปาโต"

ให้รำพึงอนุโมทนาในใจว่า "อิมินา ทายกา สุขิตา โหนฺตุ สงฺกปฺปา โว สมิชฺฌนฺตุ" ดังนี้ทุกแห่ง

เมื่อได้อาหารแล้ว ถอยออกมาจากบ้านขณะเดินกลับมาสู่เสนาสนะ ก็ควรบริกรรมกัมมัฏฐานมา โดยนัยะดังที่กล่าวไว้ตอนเข้าไปสู่บ้าน

อานิสงส์ ภิกษุผู้ถือวัตรการบิณฑบาต ถือว่า ได้ปฏิบัติอันควรแก่นิสสัย ๔ อันว่าด้วย การบรรพชาอาศัยการบิณฑบาตเลี้ยงชีพ ได้ตั้งอยู่ในอริยวังสะ ได้ปฏิบัติเสขิยวัตร ได้ละมานะ ได้ละตัณหาอันโลภในลาภ ได้บรรเทาตัณหาอันยินดีในลาภ ได้ละความตระหนี่ในลาภ มีชีวิตอันบริสุทธิ์ ได้เจริญวัตรปฏิบัติอันดี ประพฤติความเป็นผู้ปรารถนาน้อย ไม่เป็นบุคคลผู้เลี้ยงยาก เรียกว่า ได้โปรดพุทธบริษัท เป็นที่รักใคร่ของเทวดาทั้งหลาย เป็นเหตุอันใกล้นิพพาน

๔) สปทานจริกังคะ วัตรถือการบิณฑบาตตามลำดับประตูเรือน

โยคาวจรจะถือสปทานจาริกังคะ เปล่งคำสมาทานว่า "โลลุปฺปจารํ ปฏิกฺขิปามิ" ๓ หน "สปทานจาริกงฺคํ สมาทิยามิ" ๓ (๒ บทนี้ว่าอันใดหรือทั้ง ๒ ก็ได้) เมื่อสมาทาน เข้าไปบิณฑบาต จงไปตามลำดับประตูเรือน ยืนอยู่แทบประตูบ้าน พิจารณาดูอันตรายต่างๆ เป็นต้นว่า หมาว้อ (บ้า) ช้าง ม้า วัว ควายที่ดุร้าย ทุกประการที่จะมาทำอันตรายการเดินตามลำดับประตูบ้าน ถ้าเห็นว่าจะมีอันตราย ให้เว้นไปทางอื่นก็ไม่เสียวัตร ถ้าเข้าไปแล้วไม่ได้อาหาร ก็ให้เว้นไปเสีย ทำในใจว่า "ที่นี่

ไม่บ้านไม่ใช่เรือน” ถ้าได้อาหารแม้เล็กน้อยก็ไม่ควรเว้นไป แต่ถ้าไม่ได้เลย จะเว้นไปเสียก็สมควร ถือว่าเป็นที่ไม่สัปปายะ ที่ใดสัปปายะก็ให้ไปที่นั้นตามลำดับประตูบ้าน โดยลำดับอย่าเว้นสักแห่ง ถ้ามีคนจะมาให้ทานในวิหาร แต่มาไม่ถึงวิหาร พบภิกษุผู้ถือสปทาจริกังควัตรในหนทางก่อน ขอเอาบาตร แม้จะให้บาตรเขาไปใส่อาหารมาถวาย วัตรก็ไม่ขาด

สำหรับภิกษุผู้ถือวัตรเคร่ง จะรับเฉพาะตรงประตูบ้านที่เขานำอาหารออกมาถวายเท่านั้น ผู้ที่ถือปานกลาง ไปยืนอยู่แทบประตูบ้าน เจ้าของบ้านมารับเอาบาตรไปใส่อาหารมาถวายก็ควรให้บาตรแก่เขา ผู้ถือธุตังควัตรข้อนี้ ไม่มีผู้ใดถือได้เคร่ง ดังพระมหากัสสปเถรเจ้าสักตน ผู้ถืออย่างหย่อน เขานิมนต์ให้อยู่รอรับอาหารในวันนั้นก็ยังได้

อานิสงส์ ภิกษุผู้ถือวัตรข้อนี้ ถือว่า ได้ละตัณหาอันโลภในอาหาร ได้บรรเทาตัณหาอันรักในอาหาร ได้ละตัณหาอันโลภในตระกูล ได้ละเสียยังความตระหนี่ในตระกูลอุปัฏฐาก ได้กรุณาตระกูลทั้งหลายเสมอกันเหมือนดังพระจันทร์ ไม่มีปลิโพธเรื่องตระกูล ได้เจริญวัตรปฏิบัติ ในข้อความเป็นผู้ปรารถนาน้อย เป็นเหตุอันใกล้นิพพาน

๕) เอกาสนิกังคะ วัตรถือการฉันอาหารคราบเดียว

เมื่อจะถือวัตรเอกาสนิกังคะ ให้เปล่งคำสมาทาน “นานาสนโภชนํ ปฏิขิปฺปามิ”๓ หน “เอกาสนิกงฺคํ สมาทิยามิ” ๓ หน (๒ บทนี้ว่าอันใด หรือ ทั้ง ๒ ก็ได้) ผู้สมาทานธุดงค์ข้อนี้ ควรฉันอาหารวันละคาบเท่านั้น โภชนะ(ของที่กินเป็นอาหาร) มี ๕ ประการ คือ “โอทนํ” เข้าสุก “สตุ” เข้าสะตูที่ทำเป็นก้อน เป็นแผ่นหรือเป็นเส้น “กุมฺมาโส” ขนมกุมมาสที่ทำด้วยแป้งและถั่ว “มจฺโฉ” เนื้อปลา “มํสํ(มังสัง)” ชิ้นเนื้อ อาหาร ๕ อย่างนี้ เรียกว่า โภชนียะ สำหรับ หมาก เหมี้ยง พลู ชื่อว่า ขาทนียะ(ของเคี้ยว) ของกินชนิดอื่นๆ เช่น ราก หัว หน่อ ลำ เปลือก ใบ ยอด ดอก ลูก(ผล) เหล่านี้ เรียกว่า “โภชนะขาทนิยะ”

ภิกษุผู้ถือวัตรการฉันอาหารคาบเดียว ควรฉันในขณะเดียว ถ้าลุกจากที่แล้วไม่ควรฉันโภชนะต่ออีก ผู้ถือเอกาสนิกังควัตรมี ๓ ระดับ ผู้ถือเคร่ง เมื่อนำอาหารใส่บาตรแล้ว ก็มุ่งหน้าฉันให้อิ่ม จะไม่เพิ่มอาหารอีก แต่ถ้าทายกนำเนยใส น้ำผึ้ง น้ำอ้อยมาถวาย ก็ควรให้ถือว่าเป็นยา แต่อย่ารับในฐานะเป็นอาหาร สำหรับผู้ถือปานกลาง ตราบใดข้าวในบาตรยังเหลืออยู่ จะเพิ่มอาหารอีกก็ได้บ้าง แต่จะไม่รับเพิ่มเมื่ออาหารในบาตรหมด สำหรับผู้ถือชนิดหย่อน ตราบใดที่ตนยังไม่ลุกจากที่ฉัน ถ้ายังไม่อิ่มจะเติมเท่าใดก็ได้ อาจารย์บางท่านว่า ตราบใดที่ยังไม่ล้างบาตร ก็ยังรับอาหารใหม่มาฉันได้ ข้อสำคัญต้องไม่ลุกจากที่ฉันไป

อานิสงส์ ภิกษุผู้ถือธุดงค์ข้อนี้ ถือว่า “สุภโร” เป็นคนเลี้ยงง่าย “อปฺปาพาโธ” ไม่มีพยาธิมาก “สลฺลหุกวุตฺติ” มีความประพฤติเบา ไม่ต้องอาบัติ ที่ชื่อว่า “อนติริตฺตํ” คืออาหารที่ไม่เป็นเดนภิกษุผู้อาพาธ “โภชนนิกนฺติ วิโนทนํ” ได้บรรเทาตัณหาที่ติดในรสโภชนะ “อปฺปมิทฺโธ” ไม่มีความง่วงเหงา เมาหลับ “ปญฺญาวุฑฺฒานํ” เจริญด้วยปัญญา “โภชนโลลุปฺปหานํ” ได้ละความโลภในโภชนะ “อปฺปกิจฺโจ” ไม่มีกิจจะมาก “อปฺปิฉตาทนํ อนุโลมวุตฺติ” ประพฤติตนเพื่อความเป็นผู้ปรารถนาน้อย เป็นเหตุอันใกล้นิพพาน

๖) ปัตตปิณฑิกังคะ วัตรถือการฉันอาหารในบาต

เมื่อจะถือปัตตปิณฑิปาติกังคธุดงค์ ให้เปล่งคำสมาทานว่า “ทุติยภาชนํ ปฏิกฺขิปามิ” ๓ หน “ปตฺตปิณฺฑิปาติกงฺคํ สมาทิยามิ” ๓ หน (๒ บทนี้ว่าอันใดหรือ ทั้ง ๒ ก็ได้) ผู้ถือวัตรข้อนี้ ต้องฉันอาหารที่ใส่ในบาตรเท่านั้น จะใช้ภาชนะอย่างอื่นแทนบาตรไม่ได้ อนึ่งอาหารในบาตร อาจมีทั้งของเหลวและของข้น หากไม่รังเกียจก็ฉัน(คลุก)ปนกันไป แม้อาหารรสหวาน รสเปรี้ยว ก็ควรจัดแยกที่ในบาตรฉันนั้น ควรรู้จักประมาณในการฉัน นั่นคือบรรจุอาหารแต่พออิ่ม อย่าให้เหลือเป็นเดน จำพวกผักก็ใช้มือหยิบฉันได้ กรณีที่มีคนถวายมะพร้าวเพื่อให้ดื่มน้ำ ก็ควรวางไว้บนบาตรดื่มน้ำ หรือไม่ก็รินน้ำมะพร้าวใส่บาตรยกดื่มเถิด

ภิกษุผู้ถือปัตตปิณฑิปาติกังคะ มี ๓ ระดับเช่นกัน ผู้ถือเคร่ง เมื่อฉันอาหารพบชิ้นกระดูก หรือ ก้างปลาในปาก ยังไม่ให้นำออก คือ ให้อมในแก้มข้างหนึ่งฉันต่อไปก่อน เมื่ออิ่มจึงบ้วนออกมาพร้อมกับน้ำบ้วนปาก หรือจะคายนำออกมาเก็บไว้ข้างในบาตร และเทออกพร้อมกับน้ำล้างบาตรทีเดียว จำพวกของเคี้ยว หรือ อาหารชิ้นโต ไม่ควรแบ่งใส่ปากได้เท่าใด ก็ให้ฉันเท่านั้น ผู้ถือปานกลาง ถ้าอาหารชิ้นใหญ่จะฉีกแบ่งฉันก็ได้ สำหรับผู้ถืออย่างหย่อน ถ้ามีกระดูกหรือก้างปลาให้หยิบออกก่อนได้ อาหารชิ้นโตเหลือปาก จะถือไว้ในมือข้างหนึ่ง หรือใช้สองมือ ฉีกแบ่งออกฉันก็ได้

อานิสงส์ ภิกษุผู้ถือธุดงค์ข้อนี้ ถือว่า ได้ละความโลภในโภชนะที่มีรสต่าง ๆ ได้บรรเทาตัณหาที่ติดในในอาหาร ได้ละความอันโลภในภาชนะอันน้อยใหญ่ ไม่มีปลิโพธในภาชนะมีใจไม่ฟุ้งซ่านในการฉันอาหาร ไม่มีกิจจะมาก ประพฤติตนเพื่อความเป็นผู้ปรารถนาน้อย เป็นเหตุอันใกล้นิพพาน

๗) ขลุปัจฉาภัตติกังคะ วัตรถือการไม่ฉันข้าวเมื่อภายหลัง

เมื่อจะถือวัตรขลุปัจฉาภัตติกังคะ ให้เปล่งคำสมาทานว่า อติริตฺตโภชนํ ปฏิกฺขิปามิ” ๓ หน “ขลุปจฺฉาภตฺติกงฺคํ สมาทิยามิ” ๓ หน (๒ บทนี้ว่าอันใด หรือ ทั้ง ๒ ก็ได้) การที่ได้ชื่อว่า ขลุปัจฉาภัตติกังคะ มีที่มาดังนี้ ยังมีนกตัวหนึ่ง ชื่อ “ขลุ” นกตัวนั้น ถ้าคาบลูกไม้ที่เป็นประโยชน์สำหรับกินได้ในปาก ถ้าลูกไม้นั้น พลัดตกหล่นจากปากไป ในวันนั้น นกขลุจะไม่กินอาหารอย่างอื่นอีก ภิกษุผู้ถือวัตรข้อนี้ ก็ทำตนเสมอดังนกขลุนั้น

ครั้นสมาทานวัตรข้อนี้แล้ว เมื่อภิกษุกำลังฉันอาหารอยู่ และมีทายกนำอาหารมาถวายอีก ท่านจะห้ามว่า “อาหารเท่านี้พอ เราฉันแล้ว อย่าเพิ่มอีกเลย” ถ้าเอยปากห้ามแล้ว จะฉันอาหารต่อไปอีกไม่ควร ผู้ถือขลุปัจฉาภัตติกังคะมี ๓ ระดับเช่นกัน คือ ระดับเคร่งนั้น ภิกษุกำลังฉันอาหารแม้เพียงคำเดียว ทายกนำอาหารมาถวายและกล่าวห้ามเสีย ก็ควรหยุดฉันอาหารทันที ในวันนั้น ก็เท่ากับว่าท่านได้ฉันคำเดียวเฉพาะคำที่ใส่ปากคำแรก จะฉันเพิ่มอีกคำก็ไม่ได้ ยกเว้นแต่ว่า ท่านยังไม่ได้ลงมือฉันอาหาร ทายกนำมาถวายก็ห้ามเสียก่อน ถือว่าไม่ผิดวัตรแต่อย่างใดเลย ผู้ถือระดับปานกลาง เมื่อบรรจุอาหารใส่ในบาตรมากหรือน้อยเท่าใดกำลังฉันอาหารอยู่ มีทายกนำอาหารมาถวายเพิ่มและกล่าวห้ามเสีย ก็สามารถฉันอาหารเท่าที่ใส่ในบาตร จะเอามาเติมอีกไม่ได้ แต่ถ้าไม่เอ่ยปากห้าม ก็ยังเพิ่มอาหารได้อยู่ สำหรับผู้ถืออย่างหย่อน ตราบใดที่ยังไม่ได้ลุกจากที่นั่ง ยังฉันอาหารได้ตราบนั้น ถ้าลุกจากที่นั่งแล้ว จะฉันอาหารอีกไม่ได้ แม้จะทำให้เป็นเดนภิกษุไข้ด้วยคำว่า “อลเมตํ สพฺพํ”แล้ว นำมาฉันก็ไม่ได้ อันนี้อธิบายให้รู้วิธีปฏิบัติ

อานิสงส์ ภิกษุผู้ถือธุดงค์ข้อนี้ ถือว่า ได้ละความโลภในโภชนะ ได้บรรเทาเความติดในรสโภชนะ ได้ปิดกั้นอารมณ์แห่งตัณหา ทำให้ตัณหาเสื่อมถอย ไม่มีปลิโพธในโภชนะ ประพฤติตนเพื่อความเป็นผู้ปรารถนาน้อย ปราศจากอาบัติอันเกิดแต่ อนติริตตสิกขาบท มีสภาวะเลี้ยงง่าย ไม่ได้สันนิธิ (สั่งสม)อาหารเพื่อเก็บไว้ฉันภายหลัง เป็นผู้มักน้อย เป็นเหตุอันใกล้นิพพาน

๘) อรัญญิกังคะ วัตรถือการอยู่ในป่า

เมื่อโยคาวจรจะถือธุตังควัตรข้ออรัญญิกังคะ จงเปล่งคำสมาทานว่า “คามนฺตเสนาสนํ ปฏิกฺขิปามิ” ๓ หน “อรญฺญิกงฺคํ สมาทิยามิ” ๓ หน (๒ บทนี้ว่าอันใดหรือทั้ง ๒ ก็ได้) เมื่อสมาทานวัตรแล้ว ไม่ควรอยู่เสนาสนะที่ใกล้บ้าน จงไปอยู่ในป่า ที่เรียกว่า **“เสนาสนะป่า”** นั้น วัดระยะทางประมาณเท่าใด อาจารย์อธิบายว่า คำว่า “บ้าน(คาโม)” หมายถึง มีเรือนหลังหนึ่งหรือมากกว่านั้นเรื่อนั้น จะล้อมรั้วหรือไม่ก็ตาม หรือ บ้านเก่าเป็นที่พักของพวกพ่อค้าพักแรมเพียง ๔ เดือนก็ชื่อว่า “บ้าน” บ้านที่มีรั้วล้อม ชายผู้มีกำลังแรงยืนอยู่ที่ตีนรั้วบ้านขว้างก้อนดินออกไปสุดแรง ก้อนดินไปตกที่ใด ที่นั้นชื่อว่า “คามุปจาระ” (เขตบ้าน) ถ้าบ้านไม่มีรั้วล้อม ให้ถือบ้านหลังสุดท้าย ผู้หญิงที่อยู่เรือนหลังนั้น ซัดน้ำล้างถ้วยไปถึงที่ใด หรือ ฝัดข้าวแกลบปลิวตกไปถึงที่ใด จากที่น้ำสาดถึง หรือ ที่แกลบปลิวตกเข้ามา เรียกว่า “ฆรุปจาระ” (เขตเรือน)หลังนั้น ขว้างก้อนดินจาก เขตเรือนออกไปอีก ตกที่ใดที่นั้นเรียกว่า “คาโม”(บ้าน) จากจุดที่ก้อนดินตก ขว้างก่อนดินไปอีกครั้ง ตกที่ใด ก็นับจากที่ที่ก้อนดินตกลงนั้นเข้ามาหาบ้าน ชื่อว่า “คามุปจาระ”(เขตบ้าน) ข้อนี้กำหนดเอาบ้านที่ไม่มีรั้วล้อม เพื่อให้รู้จักเขตบ้าน และ อุปจารบ้าน

อารามป่าที่มีรั้วและกำแพงล้อม ก็ขว้างก้อนดินออกไป ที่ที่ก้อนดินตกนั้น เรียกว่า “อุปจารอาราม”(เขตวัด) *ท่านให้วัดระยะจาก อุปจารอาราม ถึง อุปจารบ้าน ได้ ๕๐๐ ชั่วขาธนู หรือ ประมาณ ๕๐๐ วา จึงจะเรียกได้ว่า “เสนาสนะป่า”* ระยะหย่อนกว่านั้นไม่เหมาะ ข้อนี้กำหนดอารามที่มีรั้วและกำแพงล้อม ถ้าไม่มีรั้วหรือกำแพงล้อม ให้ขว้างก้อนดินจากวิหารหลังสุดท้ายที่ใกล้มาทางบ้าน จุดที่ก้อนดินตกเข้ามาหาวิหาร เรียกว่า “อุปจารอาราม” ระยะระหว่างอุปจารอารามกับ อุปจารบ้านให้ไกลกันได้ ๕๐๐ วา จึงเรียกว่า “เสนาสนะป่า”

ในการวัดระยะห่าง ให้ถือเอาทางสัญจรตามปกติทั้งทางน้ำและทางบก การจะทำหนทางใหม่ให้คดเคี้ยว เลี้ยว วก วน ทบไป ทบมา ให้ได้ระยะ ๕๐๐ วา นั้น ถือว่าไม่ดีเป็นโจรธุตังควัตร

ภิกษุผู้อยู่เสนาสนะป่าระยะไกลจากบ้านประมาณที่กล่าวมา เรียกว่า “อรญฺญิโก”(ผู้อยู่ป่า) ถ้ามีพระอุปัชฌาย์ หรือ อาจารย์อาพาธ จงนำกลับไปดูแลพยาลในเสนาสนะใกล้บ้านก็ได้ แต่ตนเองต้องกลับไปเสนาสนะป่าที่ถูกขนาดที่กล่าวมา รอให้สายอรุณขึ้นมาในป่าแล้ว จะกลับมาสู่อารามใกล้บ้านก็ควร ถ้าอุปัชฌาย์ อาจารย์เป็นอาพาธหนักไม่อาจพรากไปได้ ก็จงอยู่อุปัฏฐากอุปัชฌาย์ อาจารย์ก่อน ไม่ไปรับอรุณในป่าก็ได้ ไม่เสียวัตร

ผู้ถือธุตังควัตรข้ออรัญญิกังคะก็มี ๓ ระดับ ผู้ถือเคร่ง ต้องอยู่เสนาสนะป่าตลอด ๓ ฤดู หรือไม่ก็ต้องไปรับอรุณในป่าตลอด ๓ ฤดู (๑๒ เดือน) จึงจะถือว่า อยู่ป่าเป็นวัตร ผู้ถือระดับกลางให้อยู่ป่า ๘ เดือน คือ ในฤดูหนาว ๔ เดือน และฤดูร้อนอีก ๔ เดือน เมื่อถึงฤดูฝนให้มาอยู่ในอารามใกล้บ้าน ๔ เดือนก็ควร สำหรับผู้ถืออย่างหย่อน ให้อยู่ป่าเพียง ๔ เดือน คือในฤดูร้อน เมื่อถึงฤดูหนาว

และฤดูฝน จะกลับมาอยู่อารามใกล้บ้านก็ควร ผู้ถือธุดงค์อยู่ป่าถ้าอยากจะมาฟังธรรม ออกจากป่ามาฟังธรรมเทศนายังไม่จบ แต่สายอรุณขึ้นมาก่อน กลับไปเสนาสนะป่าไม่ทันอรุณ ธุตังควัตรก็ไม่ขาด หรือฟังธรรมจบแล้วเดินกลับไปสายอรุณขึ้นมาระหว่างเดินทาง ธุตังควัตรก็ไม่ขาด แต่ถ้าฟังธรรมจบแล้ว ผู้แสดงธรรมลงจากธรรมาสน์แล้ว ตนเองมัวรีรอ โอ้เอ้ว่าจะขอพักอยู่สักยาม แล้วเดินทางกลับอรุณขึ้นมาระหว่างทางเช่นนี้ ธุตังควัตรก็เป็นอันขาดเสีย ยกเว้นมีเหตุจำเป็นอย่างอื่น

อานิสงส์ ผู้ถืออรัญญิกังควัตร ย่อมได้บรรลุคุณที่ตนยังไม่ได้ และคุณที่ตนได้แล้วก็สามารถรักษาเอาไว้ได้ ได้ละความรักชีวิต ได้บรรเทาการคลุกคลีกับหมู่คณะ ได้อยู่เสนาสนะอันสงัด ไม่ได้เห็นรูปารมณ์ที่ไม่เป็นสัปปายะเหตุให้อวิชชาโทมนัสสเกิด ไม่ได้เสพบุคคลผู้ไม่เป็นสัปปายะทำให้อุทธัจจกุกกุจจะเกิด มีใจไม่ฟุ้งซ่าน ได้สมาธิที่ยังไม่เกิด สามารถรักษาสมาธิที่ได้แล้วเอาไว้ได้ ไม่ระคนเจือปนกับผู้อื่น ได้เสวยยังสุขอันวิเวกหลายประการ ประพฤติตนเพื่อความเป็นผู้ปรารถนาน้อย ควรแก่การทรงผ้าบังสุกุล และเป็นเหตุไปใกล้นิพพาน สามารถปราบข้าศึกคือกิเลสปาปธรรมได้โดยง่าย

๙) รุกขมูลิกังคะ วัตรถือการอยู่ที่โคนไม้

โยคาวจรเมื่อจะถือ รุกขมูลิกังคะจงสมาทานเอาวัตรว่า “ฉนฺนํ ปฏิกฺขิปามิ” ๓ หน “รุกฺขมูลิกงฺคํ สมาทิยามิ” ๓ หน (๒ บทนี้ว่าอันใดหรือทั้ง ๒ ก็ได้) ภิกษุผู้ถือวัตรอยู่โคนไม้ ไม่ควรอยู่เสนาสนะที่มุงด้วยเครื่องมุงบัง จะเข้ามานั่งในร่มของกุฎีวิหารไม่ได้ ต้องอยู่ที่ใกล้โคนไม้เท่านั้น การเลือกโคนไม้ ต้องพิจารณาให้ดีว่า เป็นโคนต้นไม้ที่ควรอยู่ได้หรืออยู่ไม่ได้ อาจารย์อธิบายว่า ต้นไม้ที่ไม่ควรอาศัยเป็นที่อยู่ เป็นต้นว่า ต้นไม้ที่เป็นเขตแดนของพญา ๒ ตน ต้นไม้ที่มียาง เช่น ไม้รัง ไม้ยางยิ้ง ที่มนุษย์ต้องการยางจากต้นไม้นั้น ไม้ที่มีลูกสำหรับคนบริโภค ต้นไม้เป็นที่นอนของสัตว์ทั้งหลาย มีค้างคาว เป็นต้น ต้นไม้ที่มีโพรงภายใน จักมีโทษหลายประการ ต้นไม้ที่เป็นสีมันตะริกแห่งสังฆะ ต้นไม้ที่อยู่กลางอาราม เป็นต้น ส่วนต้นไม้ที่อยู่บริเวณขอบอาราม หรือ ต้นไม้ในป่าควรอยู่ได้

ภิกษุผู้ถือรุกขมูลิกังคะมี ๓ ระดับ ผู้ถือเคร่งจะไปอาศัยโคนไม้ต้นใด จะให้คนไปทำความสะอาดก่อนไม่ได้ แม้ว่าจะรกรุงรังไปด้วยกองใบไม้ก็ตาม จงเอาเท้ากวาดเองแล้วอาศัยอยู่เถิด ผู้ถือระดับปานกลาง จะไปอยู่ใต้ร่มไม้ใด เก็บกวาดเองให้สะอาดก็ได้ แต่จะใช้ผู้อื่นทำไม่ควร แต่ถ้าเขามาเก็บกวาดเองไว้ก่อนแล้วก็ควร ผู้ถือระดับหย่อน จะใช้คนวัด หรือศิษย์วัดไปกวาดทำความสะอาดปราบพื้นที่ให้เรียบ ให้ไปขนทรายมาเกลี่ย ให้สร้างรั้วล้อม ทำประตูเข้าออกเอาไว้ก็ได้ ถ้าไม่รู้และได้ไปอยู่โคนไม้เสื้อบ้านเสื้อเมืองที่คนทั้งหลายปูชา ให้หนีจากที่นั้นเสีย ไปหาที่อยู่อื่น ผู้ถือรุกขมูลิกังควัตร เข้ามาในที่มุงบังจนอรุณขึ้น วัตรก็ขาด นอกเสียจากมาร่วมเข้าสังฆกรรมในโรงอุโบสถ และอรุณรุ่งขึ้นมาก่อน หรือไปฟังธรรม เรียนธรรม สอนธรรม เพื่อถามปัญหา เพื่อชำระเก็บงำเสนาสนะไว้ภายใน กิจกรรมเหล่านี้ ไม่ทำให้เสียวัตร หากฝนตก จะแวะหลบฝนในที่ร่มเงาจนกว่าฝนจะหยุดตกก็ไม่เสียวัตร หรือมีเหตุจำเป็นรบกวน จนต้องเข้าไปสู่ร่มและออกมารับอรุณที่โคนไม้ก็ได้

อานิสงส์ ภิกษุผู้ถือรุกขมูลิกังคะ เรียกว่า ได้กระทำตามนิสสัยที่ตนได้รับในวันที่ตนได้รับอุปสัมปทากัมม์ที่โรงอุโบสถว่า “รุกฺขมูลเสนาสนํ นิสฺสาย ปพฺพชา” อันเป็นวงศ์แห่งพระอริยะข้อที่ ๓ ได้ละเสียความโลภในเสนาสนะ ได้บรรเทาความยึดติดในเสนาสนะ ได้ละเสียยังความตระหนี่

อาวาส ไม่วุ่นเรื่องงาน ได้ยังอนิจจสัญญากำหนดเห็นความไม่เที่ยงในปัญจขันธะ ด้วยเห็นตัวอย่าง ใบไม้ที่มีใบสีเขียว แล้วกลายเป็นสีแดง และสีเหลือง แล้วล่วงหล่นไปไม่ขาดสาย ประพฤติตนเพื่อ ความเป็นผู้ปรารถนาน้อย ได้ที่อยู่อันวิเวก(สงัด)ควรแก่การภาวนาเสมอด้วยโคนไม้ไม่มี แม้พระพุทธ องค์ก็ทรงอาศัยโคนไม้จนได้ตรัสรู้พระสัพพัญญูตัญญาณ และเสด็จปรินิพพานก็อยู่ที่โคนไม้เช่นกัน ถือว่าได้อยู่กับเทวดา เป็นเหตุให้ใกล้นิพพาน

๑๐) อัพโภกาสิกังคะ วัตรถือการอยู่กลางแจ้ง

โยคาวจรผู้จะอัพโภกาสิกังควัตรให้เปล่งคำสมาทานว่า “ฉนฺนญฺจ รุกฺขมูลญฺจ ปฏิกฺขิปามิ “๓ หน “อพฺโภกาสีกงฺคํ สมาทิยามิ” ๓ หน (๒ บทนี้ว่าอันใดหรือทั้ง ๒ ก็ได้) ผู้ถือวัตรข้อนี้ ไม่ควรอยู่ในอาคารมีที่มุงที่บัง หรือในร่มไม้ ควรทำกุฎีที่มุงด้วยผ้าอยู่กลางแจ้ง ไม่ควรเลือกสถานที่พลุกพล่านไปด้วยผู้คน ควรเลือกด้านริมขอบของวัดอยู่ หากมีกิจสงฆ์ เช่น การเข้าฟังธรรม กระทำสังฆกรรม การศึกษาปริยัติ จนเลยอรุณก็ได้ หรือ จำเป็นต้องหลบฝน เมื่อฝนหยุดตกก็ควรออกมาจากวิหาร หรือ มีกิจด้วยอุปัชฌายวัตร อาจาริยวัตร การเก็บงำเสนาสนะที่จะเสียหายหากตั้งไว้ภายนอก เก็บกวาดโคนไม้พระศรีมหาโพธิ์ ก็ควร

ผู้ถืออัพโภกาสิกังคะมี ๓ ระดับ ผู้ถือระดับเคร่ง จะไปอาศัยร่มไม้ เงาภูเขา เงาบ้านเรือน หรือ เงากุฏิวิหารไม่ได้ ทำหอผ้า(กระโจม)อยู่กลางลานก็ได้ ให้ดูร่มไม้เมื่อตะวันเที่ยง เงาร่มไม้ไปถึงที่ใดอย่าอยู่ที่นั้น ผู้ถือปานกลาง จะเข้าพึ่งเงาต้นไม้ เงาภูเขาหรือเงากุฏิวิหารก็ได้ แต่ต้องไม่เข้าในที่บริเวณโคนไม้ หรือเข้าไปภายในกุฏิวิหาร ผู้ที่ถือระดับหย่อน จะอยู่ในเงื้อมหน้าผา และปะรำที่มุงด้วยใบไม้ก็ได้ ตูบนา เถียงไร่ที่เขามุงบังด้วยกิ่งไม้ และเจ้าของละทิ้งไปแล้วก็ได้ เกจิอาจารย์กล่าวว่า รุกขมูลิกังคะ และ อัพโภกาสิกังคะจะถือพร้อมกันไม่ได้ มหาอุปคุตตเถรกล่าวว่า ถ้าสมาทานรุกขมูลิกังคะแล้ว ก็ให้ไปอยู่ใต้ร่มไม้นั้นก่อน ภายหลังออกมาจากร่มไม้ จึงมาสมาทาน อัพโภกาสิกังควัตร ครั้นสมาทานอัพโภกาสิกังคะแล้ว อย่าเข้าไปอาศัยรุกขมูล จงอยู่นอกร่มไม้ รุกขมูลิกังควัตร ก็ไม่ขาด และอัพโภกาสิกังคะก็ไม่ขาด เพราะ รุกขมูลิกังควัตร ไม่ห้ามอัพโภกาสกังคะ แต่ปฏิบัติพร้อมกันไม่ได้ มติของเกจิอาจารย์บางท่านกล่าวว่า ถ้าอยากปฏิบัติให้ได้พร้อมกันทั้ง ๒ วัตรนั้น ให้ไปอยู่ร่มรั้วที่กั้นข้างบนก็ได้ คำอันนี้ไม่ถูกต้อง

อานิสงส์ ภิกษุผู้ถืออัพโภกาสิกังคะ ได้ละความโลภในที่อยู่อาศัย ได้บรรเทาความยึดติด ที่ ได้บรรเทา ถีนะ ที่ทำให้เบื่อหน่ายคลายจากความเพียร และ มิทธะ ที่ทำให้ง่วงเหงาเมาหลับ ได้ตัดอาวาสปลิโพธ ไม่ยุ่งยากด้วยที่อยู่ มีกิจธุระน้อย ประพฤติตนเพื่อความเป็นผู้ปรารถนาน้อย ประพฤติขัดเกลากิเลส ไม่ระคนด้วยคณะ เป็นเหตุอันใกล้แห่งนิพพาน ถีนมิทธะไม่ครอบงำ ใจมีปกติอันตื่นชื่นทุกเมื่อแล มีปกติไม่ประมาท เจริญความรู้สึกตื่นอยู่เสมอ(ชาคริยานุโยค) สามารถกำจัดกิเลสมารและปาปธรรมทั้งหลาย

๑๑) โสสานิกังคะ วัตรถือการอยู่ในป่าช้า

โยคาวจรผู้จะถือโสสานิกังควัตร จงสมาทานวัตรว่า “น สุสานํ ปฏิกฺขิปามิ” ๒ หน “โสสานิกงฺคํ สมาทิยามิ” ๓ หน (๒ บทนี้ว่าอันใดหรือทั้ง ๒ ก็ได้) เมื่อสมาทานเอาวัตรข้อนี้แล้ว จงเข้าไปอาศัยอยู่ใกล้ป่าช้า(สุสาน)

เหตุใดจึงเรียกว่า “สุสาน” หรือ “ป่าช้า” มีธรรมเนียมว่า มนุษย์ทั้งหลาย เมื่อจะตั้งหมู่บ้านใหม่ในที่ใด ก็จะเข้าไปเลือกดูสถานที่ควรจะเป็นสุสาน หรือ ป่าช้าก่อน แล้วกำหนดเขตแดนว่า “ที่นี่ควรให้เป็นป่าช้า” แต่ยังไม่เรียกว่า ป่าช้า เพราะยังไม่ได้เผาศพ (หรือ ฝังศพคนที่เสียชีวิต) ต่อเมื่อได้เผา(ฝัง)ศพที่นั่นแล้ว จึงเรียกว่า “ป่าช้า” (สุสาน) อีกอย่างหนึ่ง ถึงแม้จะเป็นป่าช้าเก่าที่ถูกทิ้งร้างไปนานถึง ๑๒ ปี ก็ยังนับได้ชื่อว่า “ป่าช้า” อยู่เช่นกัน

ข้อห้ามสำหรับผู้จะไปอยู่ป่าช้า ไม่ควรที่ภิกษุจะตั้งตูบ(กระท่อม) กุฎี วิหาร มณฑปที่จงกรมอยู่(ถาวร)ในป่าช้า ไม่สมควรจะจัดตั้งภาชนะใส่น้ำดื่มน้ำใช้ในป่าช้า ไม่ควรแสดงธรรม และสวดสาธยายในป่าช้า ท่านว่า การถือธุดงตวัตรข้อนี้ เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ยากนักหนา วัตรข้อโสสานิกธุดงค์นี้ต้องไปป่าช้าทุกวัน วันใดไม่ไป ธุตังควัตรก็ขาด นอกเสียจากมีเหตุอันตรายเกิดขึ้นมาเป็นอุปสรรคไม่ไปก็ได้ ถ้าปรากฏเห็นรูปร่างของผีเดินไปมาในเวลากลางคืน ไม่ควรทุบตีด้วยไม้ค้อน หรือ ก้อนดิน

ผู้ถือโสสานิกังควัตร มี ๓ ระดับ ผู้ถือเคร่ง ควรเลือกไปสู่ป่าช้า ที่ประกอบด้วยองค์ ๓ คือว่า “ธุวฑาหะ” มีการเผาศพไม่ขาดสายสาย “ธุวกณปะ” มีซากผีอันทอดเสียเหนือดินไม่ขาดสาย “ธุวโรทะ” มีเสียงร่ำไห้ไม่ขาดสาย ผู้ถือปานกลางจะไปอยู่ป่าช้าที่มีเพียงองค์ประกอบเดียวก็ได้ สำหรับผู้ถือหย่อน ไปในที่มีกองฟอนเป็นประมาณ หรือจะไปดูที่เผาในป่าช้าเก่าที่ร้างมา ๑๒ ปี ก็ควร

อานิสงส์ ภิกษุผู้ถือได้เจริญมรณานุสสติกัมมัฏฐาน ได้เห็นสภาวะอันเป็นซากผีแห่งกายไม่ขาดสาย ได้ละความรักยึดมั่นในร่างกาย ได้ยังอนิจจสัญญา ทุกขสัญญา อนัตตาสัญญาให้เกิดในปัญจขันธ์ ได้ความสังเวคในตนมาก ได้ละความมัวเมาแห่งตัณหา มานะ ทิฏฐิ ได้ยังอสุภนิมิต เป็นต้นว่าอุทธุมาตกนิมิต ได้บรรเทากามราคะเสีย มีปกติอยู่ด้วยความไม่ประมาท ได้ครอบงำกำจัดความกลัวทั้งหลาย ผี(อมนุษย์)ทั้งหลายเคารพยำเกรง ประพฤติตนเป็นผู้มีความปรารถนาน้อย เป็นที่ใกล้แห่งนิพพาน

๑๒) ยถาสันถติกังคะ วัตรถือการอยู่ในเสนาสนะตามที่เขาแต่งไว้

โยคาวจรจะถือ ยถาสันถติกังคะ ให้สมาทานวัตรว่า “เสนาสนํ โลลุปฺปํ ปฏิกฺขิปามิ” ๓ หน “ยถาสนฺถติกงฺคํ สมาทิยามิ” ๓ หน (๒ บทนี้ว่าอันใดหรือทั้ง ๒ ก็ได้) เมื่อพระเสนาสนปัญญาปกะ (ผู้จัดการเสนาสนะแก่สงฆ์) แจกกุฎิ วิหาร มาภิกษุผู้ถือ ยถาสันถติกังควัตร ด้วยคำว่า “กุฏิวิหารหลังนี้ถึงแก่ท่าน” หรือ เดินทางไปถึงวัดใด เขาจัดที่อยู่ที่พักให้กล่าวว่า “กุฏิวิหารหลังนี้ถึงแก่ท่าน” ก็จงรับเอาด้วยดีเถิด ไม่ต้องเลือก ไม่ต้องตกแต่ง หรือ ให้ใครช่วยตกแต่งเสนาสนะให้เป็นไปตามใจชอบของตน

ผู้ถือยถาสันถติกังควัตรมี ๓ ระดับ ผู้ที่ถือระดับเคร่ง เมื่อพระสงฆ์แจกจ่ายกุฏิวิหารให้ตนอยู่หลังใด ก็จะไม่ถามสักคำว่า “ที่นั้นอยู่ใกล้หรือไกล มีอันตรายหรือไม่มี เป็นที่ร้อนหรือหนาว” ก็จะมุ่งตรงไปอยู่ที่กุฏิวิหารนั้น โดยไม่มีเงื่อนไข ผู้ถือระดับปานกลาง จะถามดูบ้างก็ยังได้ ถ้าถามดูแล้วยังไม่พึงใจ ตราบที่ตนยังไม่ไปเห็น จะขอแลกเอาหลังอื่นก็ควร แต่เมื่อไปดูแล้วต้องอยู่ตามที่ตนเลือก

เท่านั้น สำหรับผู้ที่ถือระดับหย่อน แม้จะเดินไปตรวจดูก็ยังได้ ถ้ายังไม่เป็นที่พอใจ จะแลกกันกับภิกษุอื่นก็ได้ แต่ไม่ควรตกแต่งกุฏิวิหารนั้นให้เป็นที่พอใจของตน ขืนกระทำ ธุตังควัตรก็จะขาด

อานิสงส์ ภิกษุผู้ถือ ยถาสันถติกังคะ เรียกว่าได้กระทำตามคำสอนของพระพุทธเจ้าว่า" ยํ ลทฺธานุทฺฏฐพฺพํ" ได้ละความโลภในเสนาสนะ ได้กระทำตามคำสอนเรื่องสันโดษได้ลาภอันควรพึงใจก็ไม่ควรยินดี ลาภอันไม่พึงใจก็ไม่ควรยินร้าย จงพอใจในสิ่งที่ตนได้ ได้ละตัณหาความทะยานอยากในสิ่งที่ยังไม่ได้ ได้สละกริยาที่ถ่อยทราม ได้ละตัณหาอันเป็นเหตุให้รักหรือชัง ได้บรรเทาตัณหาที่ติดข้องในอารมณ์ที่พึงใจ ประพฤติตนเป็นผู้มีความปรารถนาน้อย เป็นประโยชน์แก่สพรหมจารี ได้ละการถกเถียงเนื่องด้วยกุฏิวิหารเป็นที่ใกล้แห่งนิพพาน

๑๓) เนสัชชิกังคะ วัตรถือการไม่นอน(เอนหลังหลับ)

โยคาวจรผู้จะถือ เนสัชชิกังคะ ให้สมาทานว่า "เสยฺยํ ปฏิกฺขิปามิ" ๓ หน "เนสชฺชิกงฺคํ สมาทิยามิ" ๓ หน (๒ บทนี้ว่าอันใดหรือทั้ง ๒ ก็ได้) ภิกผู้ที่สมาทานวัตรถือการไม่นอนนั้น ไม่ควรอยู่ด้วยอิริยาบถนอนตลอดเวลาที่ถือวัตร แต่จะผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนการเป็นอยู่ด้วยอิริยาบถทั้ง ๓ มี นั่ง ยืน และ เดิน เท่านั้น ถ้าจะปฏิบัติให้เป็นสัปปายะสบายแก่ตน ตลอดยาม ๓ ในเวลากลางคืนนั้น ให้ลุกเดินตลอด ๑ ยามก่อน ต่อมาให้นั่ง และ ยืน อีก ๒ ยามที่เหลือ จนกว่าจะถึงเวลาแจ้ง

ภิกษุผู้ถือเนสัชชิกธุดงค์ มี ๓ ระดับ ผู้ที่ถือระดับเคร่ง จะใส่สายโยกผ้า และสายโยกมือไม่ได้ จะเอาหลังเพียงข้างเดียวอิงก็ไม่ได้ ต้องนั่งตัวตรงเท่านั้น ผู้ถือขนาดปานกลาง จะใส่สายโยกผ้าสายโยกมือก็ยังได้ หรือ จะเอาหลังอิงข้างหนึ่งก็ได้ สำหรับผู้ถือหย่อน จะใส่สายโยกหรือจะอิงหมอนอิงก็ได้ จะนั่งชอง(เก้าอี้)ชื่อ "ปัญจังคะ, สัตตังคะ" ก็ได้ ลักษณะเก้าอี้แบบ "ปัญจังคะ" มีไม้แม่ ๔ อัน กับไม้แป้นอิงหลัง ๑ แผ่น รวมเป็น ๕ ชิ้น ลักษณะของเก้าอี้แบบ "สัตตังคะ" มีไม้แม่ ๔ อัน ไม้แป้น ๒ ฟากข้าง และไม้แป้นอิงด้านหลัง รวมเป็น ๗ ชิ้น ด้วยอาศัยเก้าอี้แบบสัตตังคะนี้ พระมหาจุฬาภยเถรเจ้า ทรงธุดงค์เนสัชชิกังคะ ยังได้บรรลุถึงขั้น อนาคามี ภายหลังก็ได้สำเร็จเป็น พระอรหันต์ ธุดงค์วัตรจะขาด เมื่อเอนหลังลงนอน แต่ถ้าถีนมิทธะครอบงำมาก เผลอม่อยหลับไป เอนตัวล้มนอนลงโดยไม่รู้สึกตัว ก็ไม่เสียวัตร

อานิสงส์ ภิกษุผู้ถือวัตรข้อนี้ เรียกว่า ได้ละความสุขเพราะการนอนและความสุขเพราะการหลับที่เป็นเหตุให้อยู่อย่างประมาท ได้กำจัดความง่วงเหงาเมาหลับ เป็นสัปปายะแก่การประกอบความเพียรในกัมมัฏฐานภาวนา มีใจปราศจากมิทธะ(ความง่วง) สมควรแก่การปรารภความเพียรภาวนา มีใจไม่หดหู่ในการภาวนา มีใจตั้งมั่นในการทำความเพียร ควรแก่บรรลุอุปจารฌาน และ อัปปนาฌาน มีอิริยาบถอันงดงามตลอดทุกส่วน ประพฤติตนเป็นผู้มีความปรารถนาน้อย ได้บำเพ็ญข้อปฏิบัติอันชอบ เป็นที่ใกล้นิพพาน

การอธิบายธุตังควัตร ๑๓ ข้อ ตามนัยะแห่งพระบาลี และ อรรถกถา ที่มาในวิสุทธิมัคค์ ก็จบลงในปีจุลศักราช ๑๒๓๘ (พ.ศ.๒๓๒๙) เดือน ๔ ออก ๙ ค่ำ เมงวัน ๑ ไทยรวายยี่ ยามแตร สู่ค่ำ "**ปัญญาภิกขุ**" อุตสาหะจารไว้ เพื่อค้ำชูยกย่องพระศาสนา จะได้เกิดประโยชน์แก่กุลบุตรทั้งหลายผู้ปรารถนาจะปฏิบัติในภายหน้า เพื่อให้เป็นหนทางเข้าสู่เมืองฟ้าและนิพพาน ค่อยปฏิบัติบำเพ็ญไปตามสติกำลังแห่งตน ก็จะสำเร็จดังความปรารถนาทุกประการ

๓.๓.๔ คัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ผูกที่ ๔

ในเนื้อความผูกที่ ๔ นี้ มี จำนวน ๔๘ หน้าลาน เนื้อความจะไม่ต่อกับผูกที่ ๑ ถึงผูกที่ ๓ และคนจารคัดลอกก็เป็นอีกท่านหนึ่ง ในท้ายผูก ๔ ไม่ได้บอกนามผู้จาร(เขียน) แต่มีปรากฏแสดงไว้ท้ายผูกที่ ๕ ชื่อ “สุนันทภิกขุ” และข้อความของเรื่องจากผูกที่ ๔ และผูกที่ ๕ ก็ต่อกันไปเป็นเรื่องเดียวกันจากผูกที่ ๔ จึงอนุมานได้ว่า “สุนันทภิกขุ” เป็นผู้แต่งทั้ง ๒ ผูก วิธีการอธิบายกัมมัฏฐานเป็นการนำเสนอวิธีปฏิบัติ เริ่มจากสมถภาวนา และยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนา นับตั้งแต่การเริ่มพิธีกรรมในเบื้องแรกทั้งหมด ก่อนที่จะลงมือปฏิบัติจริง

๑) การภาวนาอนุสสติกัมมัฏฐาน ๓ (พุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ และสังฆานุสสติ) มีการกล่าวถึงการชำระศีลให้บริสุทธิ์ ดังนี้ พระภิกษุ ควรชำระปาริสุทธิศีล ๔ สามเณรควรชำระศีล ๑๐ อุบาสกอุบาสิกา ควรชำระศีล ๕ หรือ ศีล ๘ ตามระดับของตน ทำการขอขมาพระแก้วเจ้า ๕ โกฐาก นั่งขัดสมาธิ จากนั้นกล่าวคำบูชาพุทธคุณ ธัมมคุณ สังฆคุณ โดยบทพุทธคุณนั้นจะต้องนำเอาคำว่า “อิติปิ โส ภะคะวา” มาใส่หน้าคำอื่นๆ ด้วย ดังนี้

“อิติปิ โส ภควา อรหํ สมฺมาสมฺพุทฺโธ วิชฺชาจรณสมฺปนฺโน สุคโต โลกวิทู อนุตฺตโร ปุริสทมฺมสารถิ สตฺถา เทวมนุสฺสานํ พุทฺโธ ภควาติ ฯ อิติปิ โส ภควา อรหํ อิติปิ โส ภควา สมฺมาสมฺพุทฺโธ อิติปิ โส ภควา วิชฺชาจรณสมฺปนฺโน อิติปิ โส ภควา สุคโต อิติปิ โส ภควา โลกวิทู อิติปิ โส ภควา อนุตฺตโร อิติปิ โส ภควา ปุริสทมฺมสารถิ อิติปิ โส ภควา สตฺถา เทวมนุสฺสานํ อิติปิ โส ภควา พุทฺโธ อิติปิ โส ภควา ภควา ฯ”

จากนั้นเป็นการกล่าวถึงคำแปลของบทพุทธคุณ ในลักษณะของการกล่าวสรรเสริญพระพุทธเจ้า และให้เอาพุทธคุณที่แปลจากบทสวดพุทธคุณมาเป็นอารมณ์กรรมฐาน พร้อมทั้งบริกรรมว่า อรหํ อรหํ ไปเรื่อยๆ

ในส่วนของธัมมานุสสติ และสังฆานุสสติ ไม่ได้กล่าวบทสรรเสริญคุณมากเท่าใดนัก เพียงแต่มีการให้นำเอาธรรมคุณและสังฆคุณมาเป็นอารมณ์กรรมฐาน

๒) การเจริญภาวนาเมตตา พรหมวิหารธรรม มีการแผ่เมตตาให้ตนเองก่อน บทว่า “อหํ สุขิโต โหมิ นิทฺทุกฺโข อหํ อเวโร โหมิ อหํ อฺพยาปชฺโฌ โหมิ อหํ อนีโฆ โหมิ อหํ สุขํ ฯ” จากนั้นให้บริกรรมว่า “อหํ สุขิโต โหมิ นิทฺทุกฺโข” ๓ ที จากนั้นบริกรรมว่า “อหํ สุขํ” ไปเรื่อย ๆ จากนั้นจึงแผ่เมตตาในสรรพสัตว์ บทว่า “สพฺเพ สตฺตา สุขิตา โหนฺตุ สพฺเพ สตฺตา อเวรา โหนฺตุ สพฺเพ สตฺตา อฺพยาปชฺฌา โหนฺตุ สพฺเพ สตฺตา อนีฆา โหนฺตุ ฯ” จากนั้นให้บริกรรมว่า “สพฺเพ สตฺตา สุขิตา โหนฺตุ” ๓ หน “สตฺตา สุขี” ๓ หน จากนั้นบริกรรมว่า “สัตตสุข” ไปเรื่อย ๆ

๓) การเจริญภาวนาทิฏฐิวิสุทธิ มีบทบริกรรมว่า “ปนลกฺขณรูปํ นามนลกฺขณํ นามํ” การเจริญกังขาวิตรณวิสุทธิญาณ มีบทบริกรรมว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” และ วิปัสสนาญาณกัมมัฏฐาน แบ่งเป็น ๓ ลักขณะ คือ อนิจจลักขณะ ทุกขานุปัสสนาลักขณะ และอนัตตาลักขณะ

๔) การภาวนาวิปัสสนาอุทยวยญาณ อันเปนที่เกิดแห่งอุปกิเลส ๑๐ จำพวก ได้แก่ โอภาโส ปีติ ปสฺสทฺธิ อธิโมกฺโข ปคฺคโห สุขํ ญาณํ อุปฏฺฐานํ อุเปกฺขา จ นิกนฺติ จ ซึ่งวิปัสสนาอุทยวยญาณ แบ่งเป็น อุทยวยอนิจจานุปัสสนา อุทยวยทุกขานุปัสสนา และอุทยวยอนัตตานุปัสสนา

๓.๓.๕ คัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ผูกที่ ๕

มูลกัมมัฏฐานผูกที่ ๕ มีจำนวน ๔๐ หน้าลาน อธิบายขั้นตอนการปฏิบัติวิปัสสนาญาณต่อจากผูกที่ ๔ ซึ่งจบลงที่วิปัสสนูปกิเลสในช่วงหลังจากได้ผ่านวิปัสสนาญาณที่ ๑ คือ เกิดอุทยัพพยญาณ และในผูกนี้ยังกล่าวถึงการเริ่มต้นปฏิบัติด้วยการจัดแต่งเครื่องสักการะบูชาพระรัตนตรัย ขอขมาพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก หาที่อันสงบสงัด ระลึกถึงพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก ภาวนาพุทธคุณพอให้เกิดปีติ แล้วกลับมาระลึกถึงพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก ภาวนาเมตตาพอให้ได้ปีติ จากนั้นก็กลับมาระลึกถึงพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก อีกครั้งหนึ่ง จากนั้นจึงอธิษฐานปรารถนาขอเอาอุทยวยญาณเข้ามาในจิตใจของผู้ปฏิบัติ แล้วบริกรรมว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ฯลฯ สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ ฯ ๓ ที ซึ่งอุทยวยญาณในขั้นนี้จะไม่มีอุปกิเลสแล้ว เจริญกัมมัฏฐานให้เห็นเกิดดับ ๆ แต่หากยังคงเกิดมี หรือเห็นอุปกิเลส แสดงว่าบารมีการปฏิบัติยังไม่แก่กล้า ให้ภาวนาอุทยวยญาณในขั้นต้นซ้ำอีกจนกว่าอุปกิเลสจะหายไป เมื่อนั้นก็จะเกิดมัคคามัคคญาณทัสสวนวิสุทธิ ๒ ดวง และเมื่อวิสุทธิญาณ ๒ ดวงเกิดแล้ว วิปัสสนาญาณ ๙ ดวงก็จะเกิดขึ้นตามดับ

๑) วิปัสสนาญาณ ๙ ดวง ได้แก่

๑. อุทยวยญาณ คือ ปัญญาพิจารณาเห็นการเกิดและดับแห่งนามรูปอย่างชัดแจ้ง

๒. ภังคญาณ คือ ปัญญาพิจารณาเห็นความดับของรูปนาม (ในต้นฉบับจารผิดเป็นญาณเห็นภัยภวะในสงสาร) อย่างชัดแจ้ง

๓. ภยญาณ คือ ปัญญาพิจารณาเห็นและสดุดตกใจกลัวแต่ภัยในสงสารอย่างชัดแจ้ง

๔. อาทีนวญาณ คือ ปัญญาดวงพิจารณาเห็นนามรูปว่า เป็นโทษมากนัก

๕. นิพพิทาญาณ คือ ปัญญาที่หน่ายในนามรูปและภัยในสงสารทั้งมวลอยู่ตลอดเวลา

๖. มุญจิตุกัมยตาญาณ คือ ปัญญาพิจารณาเห็นว่า นามรูปอันนี้เป็นโทษมาก อยากจะพ้นจากนามรูปอันนี้อยู่ตลอดเวลา

๗. ปฏิสังขาญาณ คือ ปัญญาพิจารณาเห็นอุบายที่จะทำให้พ้นจากสงสารอย่างชัดแจ้งแท้

๘. สังขารุเปกขาญาณ คือ ปัญญาพิจารณาวางเฉย ไม่รัก ไม่ชัง ไม่ยินร้ายไม่ยินดีในสังขารธรรมภายนอกภายในสักอัน

๙. อนุโลมญาณ คือ ปัญญาพิจารณานามรูปที่คล้อยต่อการตรัสรู้อริยสัจ

๒) อนุโลมญาณ

ผู้ปฏิบัติที่ภาวนาลักขณะทั้ง ๓ คือ อนิจจลักขณะ ทุกขลักขณะ อนัตตาลักขณะ ปรารถนาได้วิปัสสนาญาณ ๙ ตั้งแต่อุทยวยญาณ จนถึงสังขารุเปกขาญาณ ด้วยการบริกรรมว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ก็ดี นามรูปํ ทุกฺขํ ก็ดี นามรูปํ อนตฺตา ก็ดี สมถสมาธิเกิดตั้งแต่ภาวนาพุทธคุณเมตตาก็ดี เกิดความซาบซ่านตั้งแต่หัวถึงเท้า เกิดเป็นโลกิยสมาธิ และเจริญขึ้นเป็นโลกุตตรสมาธิ เมื่อนั้น สังขารุเปกขาญาณได้เกิดขึ้นอย่างมั่นคงแล้ว เป็นปัจจัยให้เกิดอนุโลมญาณ อนุโลมญาณแก่กล้า ก็เป็นปัจจัยให้เกิดโคตรภูญาณ และมัคคญาณเกิดขึ้นตามมา สภาวธรรมขั้นโลกุตระนี้ ไม่กลับกลายแปรเปลี่ยนเสื่อมถอย ตราบเข้าสู่ขันธะปรินิพพาน

สมาธิธัมม์อีกอย่างหนึ่งคือ ผู้ปฏิบัติหากยังเจริญภาวนาไปเรื่อย ๆ สมาธิเกิดแรงขึ้นจนร่างกายไม่ไหวติง แต่ยังเกิดความสว่างแจ้งอยู่ในจิต รู้คุณแห่งนิพพานและยินดีกับนิพพานนั้น ไม่ยึดเอาสังขารเป็นอารมณ์ สภาวะนี้อาจเรียกได้ว่า เป็นสมาบัติ ให้ภาวนาแต่พุทธคุณ เมตตา และวิปัสสนา เมื่อสมาธิเกิดให้อธิษฐานเข้าโสดาปัตติมรรค การเข้าโสดาปัตติผล เมื่อผู้ปฏิบัติได้มัคค์ด้วยอนิจจานุปัสสนา ให้ภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ” เมื่อเกิดเป็นสมาธิ ให้อธิษฐานเข้าโสดาปัตติมัคค์ว่า “ข้าจักเข้าโสตามัคคะในที่อันข้านั่งนี้ ข้าจักอยู่ผะหมานเคี้ยวหมากจืดคำหนึ่งแล้ว ข้าจักออกชะแล ขอจุ่งหื้อวุฒิแก่ข้าตวงนักเทอะ นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ” ๓ ทีแล้วก็เจริญสติอยู่ พอถึงเวลาก็ค่อยผ่อนคลายออกจากสมาธิ ในส่วนของทุกขานุปัสสนาและอนัตตานุปัสสนานั้น ก็ทำเช่นเดียวกันนี้

๓) ในช่วงกลางของเอกสารปริวรรต จะกลับมากล่าวถึงลำดับการปฏิบัติกัมมัฏฐานย้อนขั้นตอน และเสริมด้วยบทสวดบริกรรมยาวๆ และมาสิ้นสุดถึงตอนอธิบายปีติ ๕ ประการ ดังนี้

๑. ผู้ปฏิบัติภาวนาวิปัสสนากัมมัฏฐาน ให้ตกแต่งจัดเตรียมข้าวตอกดอกไม้เครื่องสักการะบูชา และปรมัตถบูชา คือ ชีวิตและปฏิบัติบูชา ขอขมาพระแก้วเจ้า ๕ โกฐาก โดยให้แบ่งเป็น ๒ ส่วน ๕ ส่วนแรกให้บูชาพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก มีพระพุทธเจ้าเป็นประธาน ๕ ส่วนต่อมาเป็นการขอขมาครูบาอาจารย์ สัตว์โลกทั้งมวลที่ยังคงเวียนว่ายตายเกิด โดยมีคำบูชาว่า

“...๕ โกฐากอันหัวทีถวายปูชาพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก มีพระพุทธเจ้าเปนผะธาน อันทรงยังอนันตาอัปปริมานาอติเรกคุณคณาชุดวงบ่เสสสะหลอ ขอเปนผะธานไจ้ ๆ เพื่อหื้อได้ยังโลกิยโลกุตตรสัมปัตติสุขดีหลี ๕ โกฐากอันถ้วน ๒ ก็ขอสมมาผู้ได้กับท่วนเทียวไปมาในภวสังสารวัฏฏมีเคล้าเงื่อนเบื้องต้นเบื้องปลาย บ่แขวดกฏหมายได้ ผู้ข้าหากได้กทำปมาทะอคารวะในพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก ทวารทัง ๓ ในอิริยาบถทัง ๔ ตั้งแรกแต่มหุตตชวนาจิตตุปบาทอันนี้ คืนเมือหลังด้วยอเนกชาติ สังสารวัฏฏภวะที่ใดที่หนึ่งก็ดี ก็รู้ว่าเปนโทสแท้ดีหลี บัดนี้ผู้ข้าได้ตระหมวนรอมมายังปมาทโทสฝูงนั้นบ่เสสสะหลอ สำแดงหื้อผากฏมีสภาวะสันนี้ อจฺจโย เม ภนฺเต อจฺจคมา ยถาพลํ ยถามูฬฺหํ ยถาอกุสลํ มยมฺภนฺเต พุทฺธธมฺมสงฺฆกมฺมฏฺฐาน กมฺมฏฺฐานทายกาจริยสงฺฆาเตสุ ปญฺจรตเนสุ อตีเต วา ปจฺจุปนฺเน วา กาเยน วา วาจาย วา มนสา วา ปมาทมคฺคารวมคฺคริ ตสฺส เม ภนฺเต อนุกมฺปํ อุปาทาย อจฺจยํ อจฺจยโต ปฏิคณฺหนฺตุ ขมนฺตุ อายตึ สงฺวราย อายตึ สงฺวริสฺสามิ ฯ บัดนี้ขอพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก จุ่งเมตตาขุณณาผู้ข้ารับเอาปูชาวิเสสอันนี้ เพื่อสังคหะหื้อแล้วขอขมาปันนกัมมโทสแห่งผู้ข้าหื้อเถิงเซิ่งเปนอโหสิกัมม์ชำระหื้อเปนนัตถิวิมปัจจตินาภวิสสติวิมกะ อย่าหื้อเปนนิวรณธัมม์กัมม์อันห้ามยังสัคคโมกขปีติ ยุคคลสมาธิ ปัญญา มูลปณิธาน ธัมมานุธัมมปฏิปัตติ จตุอธิปติสติ วิสุทธิวิปัสสนาเจ้าทัง ๑๐ มีต้นว่าสัมสนญาณ ทัสสนญาณวิสุทธิเจ้าลูกถ้วน ๗ นั้นดีหลี ด้วยปณิธานธัมมวร

เจตนาอันนี้ ขอจุ่งเปนผะไจเพื่อหื้อได้ยังปรมัตถโลกุตตรมัคคผละนิพพาน ตามเจโตปณิธานชุผะการ ผู้ข้ายังยอบยั้งอยู่ตั้งอยู่ด้วยปัญจขันธะสันตารอันนี้ จุ่งผะกอบด้วยอายุ วัณณ สุข พล ปฏิภาน อาโรคย อัชฌติกก พาหื้อชุผะการ

บัดนี้ผู้ข้าจักปฏิปัตติปูชาสาสนาพระพุทธเจ้า ห้องวิปัสสนาเจ้าดวงใดก็ดี จุ่งหื้อวุฒิ วิรุฬหิพันได้ ยังปีติยุคคลสมาธิ ปัญญาวิปัสสนาญาณเจ้า อันเปนอุบายเพื่อกำจัดตัดเสียยังกิเลสธัมม์ชำระเปนที่เสี้ยงที่สุดแห่งวัฏฏทุกข์ทังมวรแล้ว ข้าขอเข้าสู่เวียงแก้วคือนิพพานด้วยสุขปฏิปทาขิปปาภิญญาณแท้ดีหลี ด้วยเตชกุสลบุญราสีอันนี้ ผู้ข้าได้แล้วก็จักอุทิสหื้อเถิงแก่สัตตโลกทังมวร มีปุพพการีหิตตการี เปนต้น ตั้งแต่ขะกูลอันนี้เมือหลัง ๗ เช่นขะกูล มีพ่อแม่เปนต้น หื้อได้เถิงแก่เทวคณาทังหลาย มีเทวดาอันรักสาตนตัวผู้ข้าเปนผะธาน แลเทวดามเหสักขทังหลาย อันรักสาโลกธาตุพุทธสาสนาพระพุทธเจ้าชุแห่งชุที่ มีเทวดาอันรักสาฐานันตระที่นี้เปนผะธาน จุ่งผะกอบด้วยธัมมวุฒิทิพพสัมปัตติ เสี้ยงกาลเมินนานนักชุตนชุพระองจุ่งจักมีดีหลีเทอะ ฯ”

๒. ปีติ ๕ ประการ ได้แก่ ๑) ขุททกาปีติ ปีติเล็กน้อย เป็นปีติที่มีกำลังเบาบาง เมื่อเกิดขึ้นมาแล้ว ส่งผลให้เกิดความเอิบอิ่มใจ มีอาการขนลุกชูชันบ้าง ทำให้น้ำตาไหลบ้าง ๒) ขณิกาปีติ ปีติชั่วขณะ เป็นปีติที่เกิดขึ้นและตั้งอยู่ชั่วขณะหนึ่ง ทำให้เกิดอาการเสียวแปลบๆ ไปทั่วร่างเป็นขณะๆ เหมือนฟ้าแลบ ๓) โอกกันติกาปีติ ปีติเป็นระลอกหรือปีติเป็นพักๆ เป็นปีติที่เมื่อเกิดขึ้นมาแล้วสามารถตั้งอยู่ได้นานกว่าขณิกาปีติ ทำให้เกิดมีอาการซู่ซ่าเป็นระลอก ๆ เปรียบเหมือนคลื่นซัดฝั่ง บางครั้งรู้สึกซาบซ่า บางครั้งทำให้ร่างกายโยกโคลงไปมา ๔) อุพเพงคาปีติ ปีติโลดโผน หรือปีติโลดลอย เป็นปีติที่มีกำลังแรงกว่าปีติสามอย่างข้างต้นนั้น เป็นปีติที่ทำให้ใจฟูเกิดความเอิบอิ่มอย่างแรงจนถึงขั้นแสดงอาการบางอย่างโดยไม่ตั้งใจ เช่น เปล่งอุทานออกมา หรือบางครั้งก็ทำให้รู้สึกตัวเบาจนลอยขึ้นไปในอากาศ และ ๕) ผรณาปีติ ปีติซาบซ่าน เมื่อเกิดขึ้นมาแล้ว ทำให้เกิดความรู้สึกเย็นซ่านเอิบอาบแผ่ไปทั่วสรรพางค์กาย

๔) การเดินจงกรม แบ่งเป็น ๒ ลักษณะคือ วิธีการเดินจงกรมน้อย และวิธีการเดินจงกรมใหญ่ ดังนี้

๑. วิธีการเดินจงกรมน้อย

ทางสำหรับเดินจงกรมขนาดเล็ก มีความยาว ๑๕ วา หรือมากกว่านั้นก็ได้ความกว้าง ๑ คืบ ๘ นิ้วมือขวาง ก่อนจะเดินจงกรม ให้ผู้ปฏิบัติอาบน้ำชำระตนให้สะอาดเสียก่อน เมื่อจะเริ่มเดินจงกรม จงบูชาพระแก้วเจ้าทั้ง ๕ จำพวก ด้วยเครื่องสักการะมีข้าวตอกดอกไม้ ๕ โกฐาก และขอขมากราบ ๓ หน ตั้ง นโม ๓ จบ แล้วกล่าวบทสวดเป็นลำดับต่อไปคือ กล่าวไตร สรณคมน์ ๓ จบ สวดบูชาพุทธคุณ ธรรมคุณ สังฆคุณ สวดพุทธอุทานคาถา จากนั้นให้บูชาที่จงกรม ๓ แห่ง คือ ที่ ด้านหัว ด้านกลาง และด้านท้าย พร้อมอธิษฐานดิน (ที่จงกรม) และอธิษฐานการปฏิบัติจงกรม แล้วลุกเดินไปเดินและหากเดินจงกรมเสร็จแล้ว ให้ปลงการจงกรม แล้วไหว้พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แล้วเดินออกจากที่จงกรมไป

๒. วิธีการเดินจงกรมใหญ่

กิจที่ต้องบำเพ็ญในเบื้องต้น ก็เป็นดังวิธีการเดินจงกรมน้อยทุกอย่าง แต่ในส่วนนี้ ได้มีการกล่าวถึงลักษณะสถานที่เดินจงกรมไว้ท้ายบทภาวนา ซึ่งต่างจากการกล่าวไว้ในส่วนของจงกรมน้อย ที่กล่าวไว้เบื้องแรกก่อนบทภาวนา คือ ที่จงกรมอันใหญ่ ขนาดยาว ๑๕ วา ให้ภาวนา ๑๕ วัน ๆ ละ ๑๕ รอบ ถ้าขนาดยาว ๔ วา เดิน ๘ วัน ๆ ละ ๗ รอบ

๕) เนื้อความต่อจากนี้ในผูกที่ ๕ จะเป็นในส่วนของการบริกรรมภาวนาในขณะบิณฑบาต และคำภาวนาเบ็ดเตล็ด เช่น คำทักผ้าบังสุกุล คำอธิษฐานเอาผ้าบังสุกุล คาถาหยาดน้ำบังสุกุลให้ผู้ตาย คำภาวนาเมื่อชักผ้าบังสุกุล เป็นต้น และกล่าวถึงกถาวัตถุ และทานวัตถุ ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าอยู่นอกเหนือไปจากการปฏิบัติกรรมฐาน จึงไม่ได้นำเสนอในรายละเอียดทั้งหมด เพียงแต่จะเสนอในส่วนของสาระสำคัญเท่านั้น ดังนี้

๑. คำอธิษฐานก่อนจะออกเดินไปบิณฑบาต ว่า “อยนฺทานิ โข สา สพฺพญฺญูพุทฺธ ปจฺเจกพุทฺธพุทฺธสาวเกหิ ปฏิปนฺนา อิมํ เนกฺขมฺมปฏิปทํ ปูเรสึ ปูเรสฺสามิ อิมาย ปฏิปทาย ชาติชรา พฺยาธิมรณทุกฺขมฺหา ปริมุญฺจิสฺสามิ” ฯ ๓ หน

๒. คำทักบังสุกุลว่า “อิมํ เกน ปติตํ อัตถะ”

๓. คำอธิษฐานเอาผ้าบังสุกุลว่า “อสฺสามิกํ อิทํ ปํสุกุลจีวรํ ปรมเชคุจฺฉํ อิมํ ปฏิคณฺหามิ อิทํ จีวรํ จ อหํ จ สงฺขารคตา อนิจฺจา ทุกฺขา อนตฺตา วิปริณามธมฺมา” ๓ หน แล้วกทำปัจจเวกขณะว่า “ยถาปจฺจยํ ปวตฺตมานํ ธาตุมตฺตเมเวตํ ยทิทํ จีวรํ, ตทุปภุญฺชโก จ ปุคฺคโล, ธาตุมตฺตโก นิสฺสตฺโต นิชฺชีโว สุญฺโญ, สพฺพานิ ปน อิมานิ จีวรานิ อชิคุจฺฉนียานิ, อิมํ ปูติกายํ ปตฺวา อติวิย ชิคุจฺฉนียานิ ชายนฺติ ฯ” ๓ ที

๔. คาถาหยาดน้ำบังสุกุลให้ผู้ตาย ว่า “ยถา ทณฺเฑ นาโค ปาโล คาโว เชนฺติ ปาณินํ โคจรํ เอวํ ชรา จ มจฺจุ จ อายุ ปาเชนฺติ ปาณินํ ฯ ๓ ที และว่า “เยเกจิ ปานภูตฏฺฐิ ฯลฯ (บทสวดกรณียเมตตสูตร) สุขี สตฺตา สพฺเพปิ ปาณิโน ทุกฺขปฺปตฺตา.. (เทวตาอุยโยชนคาถา)” จากนั้นสวดว่า “อิมินา ปุญฺญเตเชน สุขิตา โหนฺตุ นิรุปทฺทวา ราชาโน อนุรกฺขนฺตุ ธมฺเมน สาสนํ ปชฺชํ มาตาปิตา โว ภาตา มิตฺตา มจฺจา จ ญาตกา อุปชฺฌายาจริยา สพฺเพ จณฺเญ คุณ สํยุตฺตา อิมินา ปุญฺญเตเชน สุขิตา โหนฺตุ สพฺพทา ฯ”

๕. คำภาวนาเมื่อชักผ้าบังสุกุล เมื่อจะชักผ้าบังสุกุลที่ซากศพ ให้ภาวนาว่า “เอกาหมตํ วา ทฺวิหมตํ(ทฺวาหมตํ) วา อุทฺธมาตกํ วินีลกํ วิปุพฺพกํ อยมฺปิ โข กาโย เอวํ ธมฺโม เอวํ ภาวิโตติ(อนติโต)” ๓ หน ๗ หน แล้วอธิษฐานชักผ้าด้วยบทว่า “อสฺสามิกํ อิทํ ฯลฯ นามธมฺมา” ๓ หน แล้วให้พิจารณาปัจจเวกขณะเช่นเดียวกัน

๖. กถาวัตถุ (เรื่องที่ควรเจรากันของพระสงฆ์) มี ๑๐ ประการ ได้แก่ อปฺปิจฺฉกถา สนฺตุฏฺฐิกถา สีลกถา ปวิเวกกถา อสงฺสคฺคกถา วิริยารมฺภกถา สมาธิกถา ปญฺญากถา วิมุตฺติกถา วิมุตฺติญาณทสฺสนกถา

๗. ทานวัตถุ (ของที่ควรให้ทาน) มี ๑๐ประการ ดังนี้ อนฺนํ ข้าว, ปานํ น้ำ, วตฺถํ ผ้า, ยานํ ยานพาหนะ, มาลา เครื่องประดับกาย, คนฺธํ เครื่องหอม, วิเลปนํ, เครื่องทาลูบไล้, เสยฺยํ เครื่องนอน,

อาวาสตฺถํ ที่อยู่, ปทีปํ ดวงประทีปให้แสงสว่าง มาในพระสุตตันตะ ส่วนที่ว่า ปัจจัย ๔ มี จีวรํผ้านุ่งผ้าห่ม, ปิณฺฑปาตํ อาหาร เครื่องบริโภค, เสนาสนํ ที่อยู่อาศัย, คิลานปจฺจยเภสชฺชปริกฺขารํ เครื่องยาสำหรับรักษาอาการป่วย มาในพระวินัย และส่วนที่ว่าอารมณ์เครื่องรับรู้ทางอายตนะ มี ๖ ชนิด ได้แก่ รูปํ สีแสง, สทฺทํ เสียง, คนฺโธ กลิ่น, รสํ รส, โผฏฺฐพฺพา สัมผัส, ธมฺมา เรื่องสำหรับให้นึกคิด มาในพระอภิธัมมา

สรุปได้ว่า รูปแบบและวิธีปฏิบัติกรรมฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก ผูกที่ ๕ มีดังนี้

๑. วิปัสสนาญาณ ๙ ดวง ได้แก่ อุทยวยญาณ ภังคญาณ ภยญาณ อาทีนวญาณ นิพพิทาญาณ มุญจิตุกัมยตาญาณ ปฏิสังขาญาณ สังขารุเปกขาญาณ อนุโลมญาณ การภาวนาแต่ละญาณจะระลึกถึงไตรลักขณะ ๓ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

๒. อนุโลมญาณ ผู้ปฏิบัติที่ภาวนาลักขณะทั้ง ๓ คือ อนิจจลักขณะ ทุกขลักขณะ อนัตตาลักขณะ ปรารถนาได้วิปัสสนาญาณ ๙ ตั้งแต่อุทยวยญาณ จนถึงสังขารุเปกขาญาณ เมื่อสังขารุเปกขาญาณได้เกิดขึ้นอย่างมั่นคงแล้ว เป็นปัจจัยให้เกิดอนุโลมญาณ อนุโลมญาณแก่กล้า ก็เป็นปัจจัยให้เกิดโคตรภูญาณ และมัคคญาณเกิดขึ้นตามมา

๓. ในช่วงกลางของเอกสารปริวรรต จะกลับมากล่าวถึงลำดับการปฏิบัติกัมมัฏฐานย้อนขั้นตอน และเสริมด้วยบทสวดบริกรรมยาวๆ และมาสิ้นสุดถึงตอนอธิบายปีติ ๕ ประการ

๔. การเดินจงกรม แบ่งเป็น ๒ ลักษณะคือ วิธีการเดินจงกรมน้อย และวิธีการเดินจงกรมใหญ่

๕. การบริกรรมภาวนาในขณะบิณฑบาต และคำภาวนาเบ็ดเตล็ด เช่น คำทักผ้าบังสุกุล คำอธิษฐานเอาผ้าบังสุกุล คาถาหยาดน้ำบังสุกุลให้ผู้ตาย คำภาวนาเมื่อชักผ้าบังสุกุล เป็นต้น และกล่าวถึงกถาวัตถุ และทานวัตถุ

กล่าวโดยสรุป รูปแบบและวิธีปฏิบัติกรรมฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน สรุปได้ดังนี้

๑) คัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ผูกที่ ๑ มี ๕๐ หน้าลาน เริ่มต้นด้วยการปณามพระรัตนตรัย ประวัติของพระพุทธเจ้าในช่วงปฐมโพธิกาล นับตั้งแต่พระองค์ทรงประสูติ เปล่ง “อาสภิวาจา” ที่ยืนยันว่าชาตินี้เป็นชาติสุดท้ายที่จะต้องมาเกิดอีก ในเอกสารยกย่องคุณสมบัติของพระพุทธเจ้าต่าง ๆ เช่น พระวาจาที่เปล่งหรือแสดงธรรมของพระพุทธเจ้ามีลักษณะ “แบบวจนวิลาส ๕ ประการ” คือ สดใส รู้ง่าย ฉลาด ลึกซึ้ง กึกก้อง พระพุทธเจ้ามีความยอดเยี่ยม ๔ ประการ ใครได้เห็น ได้ฟังธรรม ได้ถวายการอุปัฏฐากและได้รำลึกถึงพระองค์ก็ถือว่าเยี่ยมยอด (อนุตตริยะ) พระพุทธเจ้าบำเพ็ญจริยา ๓ คือ บำเพ็ญประโยชน์แก่โลก แก่ญาติ พุทธัตถจริยา และบำเพ็ญตนด้วยสัพพัญญูตัญญาณ พระองค์บรรลุวิชชา ๓ อภิญญา ๖ เป็นต้น ในส่วนที่ว่าด้วยอารมณ์กรรมฐาน จำแนกออกเป็นเรื่องต่างๆ คือ

๑. โลก(ภพ) ทั้ง ๓

๒. สถานที่เกิดและที่อยู่ของสัตว์ทั้งหลาย

๓. หลักปรมัตถสภาวธรรม

๔. สามัญลักษณะ ๓ (ไตรลักษณ์)

๕. สัจจนิเทศ

๒) คัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ผูกที่ ๒ มีจำนวน ๕๙ หน้าลาน เริ่มด้วยการผูกคำฉันท์ภาษาบาลีว่า

นโม พุทฺธาย ทิวา วสติ　　วุฑฺฒิ ภวตุ สพฺพทา
วนฺทิตฺวา สิรสา พุทฺธํ　　ธมฺมํ สงฺฆญฺจ อุตฺตมํ
เทยฺยสฺส ภาสาย ปวกฺขามิ　　กมฺมฏฺฐานํ ทุวิธํ ฯ

กล่าวถึง

๑. ปลิโพธ ๑๐

๒. อสัปปายอาวาสะ ๑๘ และ สัปปายะอาวาส

๓. อัธยาศัยแห่งเนกขัมมะ ๖ ประการ

๔. ประเภทของสมาธิ

๕. ยุคละ หรือ ชุดธรรมคู่กัน รวมทั้งการระงับกิเลส

๖. ปีติ ความเอิบอิ่มใจ

๗. เกิดนิมิต (การเห็นในสมาธิ)

๘. อนิมิตตกัมมัฏฐาน กัมมัฏฐานที่ไม่ถือนิมิตเป็นอารมณ์

๙. จำแนกอารมณ์ของกัมมัฏฐาน

๑๐. กัมมัฏฐานที่เอื้อให้บรรลุ /ไม่บรรลุฌาน

๑๑. การแผ่ปฏิภาคนิมิตของอารมณ์กัมมัฏฐาน ปฏิภาคนิมิต (นิมิตที่ติดตรึงแน่นแม้หลับตาก็มองเห็น) แห่งกสิณ ๑๐ ผู้ปฏิบัติแผ่ขยายไปครอบพื้นที่ได้เท่าใด ความสามารถทางอิทธิวิสัย (การแสดงฤทธิ์) ก็มีเท่าพื้นที่นั้น ไม่ควรแผ่นิมิตที่เหลือ เพราะไม่เกิดประโยชน์

๑๒. จำแนกโดยภูมิ

๑๓. จำแนกโดยการถือนิมิติ ๑๔ กัมมัฏฐาน เป็นปัจจัยแก่กันและกัน

๑๕. กัมมัฏฐานที่เหมาะกับจริตชนิดต่าง ๆ

๑๖. สมถกัมมัฏฐาน มี(อารมณ์) ๔๐ ชนิด

๑๗. อธิบายลำดับวิธีการภาวนากัมมัฏฐาน (อารมณ์สมถกัมมัฏฐาน ๔๐)

๑๘. วิธีการเจริญวิปัสสนามูลกัมมัฏฐาน

๓) คัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ผูกที่ ๓ มีจำนวน ๗๒ หน้าลาน ในผูกนี้จะกล่าวถึงการปฏิบัติ ปฏิบัติธุดงควัตรเป็นสำคัญ ผู้แต่งเริ่มต้นด้วยภาษาบาลีว่า “นโม พุทฺธาย ภควติ หิ ปริจตฺตา โลกามิสฺสา น กาเย จ ชีวิตา จ อนุเปกฺขานํ อนุโลมปฏิปทํเยว อาราเธตุกามานํ กุลปุตฺตานํ เตรส ธูตงฺคานิ อนุญฺญาตานิ”

๔) คัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ผูกที่ ๔ เป็นการทบทวนการปฏิบัติภาวนา สมถะและตามด้วยวิปัสสนาของ ๓ ผูกแรก มูลกัมมัฏฐานผูกที่ ๔ มี จำนวน ๔๘ หน้าลาน เนื้อความจะไม่ต่อกับผูกที่ ๑ ถึงผูกที่ ๓ และคนจารคัดลอกก็เป็นอีกท่านหนึ่ง ในท้ายผูก ๔ ก็ไม่บอกนามผู้จาร มีปรากฏแสดงไว้ ท้ายผูกที่ ๕ ชื่อ “สุนันทภิกขุ” และข้อความของเรื่อง จากผูกที่ ๔ และผูกที่ ๕ ก็ต่อกันไปเป็นเรื่องเดียวกัน จากผูกที่ ๔ จึงยืนยันได้ว่า “สุนันทภิกขุ” เป็นผู้แต่งทั้ง ๒ ผูก ซึ่งวิธีการอธิบายกัมมัฏฐานก็เป็นการนำเสนอวิธีปฏิบัติ เริ่มจากสมถภาวนา และยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนา นับตั้งแต่การเริ่มพิธีกรรมในเบื้องแรกทั้งหมด ก่อนที่จะลงมือปฏิบัติจริง มีการเรียบเรียงเนื้อความคล้ายกับผูกที่ ๑-๓

๕) คัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ผูกที่ ๕ มีจำนวน ๔๐ หน้าลาน จะอธิบายขั้นตอนการปฏิบัติวิปัสสนาญาณต่อจากผูกที่ ๔ ซึ่งจบลงที่วิปัสสนูปกิเลสในช่วงหลังจากได้ผ่านวิปัสสนาญาณที่ ๑ คือ เกิด อุทยัพพยญาณ ท้าวความถึงตอนอธิษฐานให้หน่ายจากวิปัสสนูปกิเลส

บทที่ ๔

การนำเสนอรูปแบบและวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน

กัมมัฏฐาน แปลว่า ที่ตั้งของการงาน หรืออารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งการงาน หมายถึง วิธีการหรืออุบายสำหรับฝึกฝนอบรมจิตให้เหมาะสมแก่การใช้งานคร่าว ๆ จุดมุ่งหมายของการฝึกอบรมจิตใจนั้นมี ๒ ประการคือ ๑. เพื่อให้เกิดสมาธิ (สมถะ) มีจิตตั้งมั่นและสามารถกำจัดนิวรณ์ได้ และ ๒. เพื่อให้เกิดปัญญา (วิปัสสนา) ให้รู้แจ้งเห็นจริงในสภาวะธรรม

กรรมฐานมี ๒ ประเภท ได้แก่ สมถกรรมฐาน คือ กรรมฐานเป็นอุบายสงบใจ ได้แก่ การฝึกใจด้วยการตั้งสติกำหนดใจให้หยุดนิ่งอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง จนจิตแนบแน่นจนกลายเป็นสมาธิขึ้นสูงที่เรียกว่า ฌาน ซึ่งพระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ทั้งหมด ๔๐ วิธีด้วยกัน เรียกว่า อารมณ์สมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน คือ กรรมฐานเป็นอุบายเรืองปัญญา ได้แก่ การฝึกอบรมจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งในสภาวธรรมทั้งหลายตามความเป็นจริง เพื่อให้จิตคลายจากความยึดมั่นถือมั่น หลุดพ้นจากอำนาจกิเลส การเจริญกรรมฐาน ควรชำระศีลให้บริสุทธิ์ เมื่อศีลบริสุทธิ สมาธิย่อมตั้งมั่น เมื่อสมาธิตั้งมั่นดีแล้ว สัมมาปัญญาที่อบรมด้วยสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา ย่อมทำลายมิจฉาทิฏฐิและวิปัลลาสให้หมดไปได้ การเจริญภาวนา พระโยคาวจรต้องรักษาจิตที่มีปกติดิ้นรนกวัดแกว่งให้อยู่นิ่ง เหมือนช่างศร ดัดลูกสรให้ตรง เพราะจิตที่ฝึกดีแล้ว ย่อมนำความสุขมาให้ ควรพิจารณาไตรลักษณะ มีอนิจจตา ความไม่เที่ยงแท้แน่นอน ทุกขตา ความเป็นทุกข์ และ อนัตตตา ความเป็นสิ่งที่ไม่มีแก่นสารสาระ ย่อมเกิดความเบื่อหน่ายในสังขาร เพราะเห็นการเกิดและการดับของสังขาร ย่อมทำที่สุดแห่งทุกข์ไปได้

จากการศึกษาข้อมูล พบว่า คัมภีร์มูลกัมมฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก มีจำนวน ๕ ผูก แต่ในส่วนของรูปแบบและวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐาน จะปรากฏอยู่ในผูกที่ ๒ ๔ และ ๕ ส่วนในผูกที่ ๑ และผูกที่ ๓ จะเป็นการกล่าวถึงประวัติของพระพุทธเจ้าในช่วงปฐมโพธิกาล นับตั้งแต่พระองค์ทรงประสูติเปล่ง “อาสภิวาจา” ที่ยืนยันว่า ชาตินี้เป็นชาติสุดท้ายที่จะต้องมาเกิดอีก การยกย่องคุณสมบัติของพระพุทธเจ้า การที่พระพุทธเจ้าบำเพ็ญจริยา ๓ พระองค์บรรลุวิชชา ๓ อภิญญา ๖ เป็นต้น ในผูกที่ ๑ และข้อแนะนำการถือธุดงควัตร ๑๓ ข้อ ในผูกที่ ๓

๔.๑ รูปแบบกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก

รูปแบบกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก ฉบับปริวรรต ของ ผศ.ดร.วิโรจน์ อินทนนท์ ยศพล เจริญมณี และขนานยี่ จันทร์ มี ๒ รูปแบบ คือ สมกัมมัฏฐาน และ วิปัสสนากัมมัฏฐาน ดังนี้

๔.๑.๑ สมถกัมมัฏฐาน

สมถกัมมัฏฐาน คือ การท าจิตให้มีอารมณ์จนเป็น เอกัคตารมณ์ และวิปัสสนากรรมฐาน คือ การ ใช้สติสัมปชัญญะเพื่อให้เห็นธรรมชาติแท้จริงของรูปนามซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของพระพุทธศาสนาเพื่อความดับทุกข์ อารมณ์ ของสมถกรรมฐานมี ๔๐ คือ ๑) กสิณ ๑๐ ๒) อสุภ ๑๐ ๓) อนุสสติ ๑๐ ๔) อัปปมัญญา ๔ ๕) อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑ ๖) จตุธาตุววัฏฐาน ๑ ๗) อากาสานัญจายตนะ ๘) อากิญจัญญายตนะ ๙) วิญญาณัญจายตนะ ๑๐) เนวสัญญานาสัญญายตนะ อุปสรรคของผู้ปฏิบัติสมถกรรมฐานได้ให้บรรลุเอกัคคตา เรียกว่านิวรณ์ ๕ ซึ่งจัดเป็นอกุศลจิตระดับปริยุฏฐานกิเลส

คัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก ฉบับปริวรรต ของ ผศ.ดร.วิโรจน์ อินทนนท์ ยศพล เจริญมณี และขนานยี่ จันทร์ พบว่า ได้กล่าวถึงรูปแบบของสมถกัมมัฏฐาน กัมมัฏฐานมีอารมณ์ ๔๐ ชนิด คือ

๑) กสิณ ๑๐ ได้แก่ ปฐวีกสิณ เพ่งดิน อาโปกสิณ เพ่งน้ำ เตโชกสิณ เพ่งไฟ วาโยกสิณ เพ่งลม นีลกสิณ เพ่งสีเขียว โลหิตกสิณ เพ่งสีแดง ปีตกสิณ เพ่งสีเหลือง โอทากสิณ เพ่งสีขาว โอโลกกสิณ เพ่งแสงสว่าง และ อากาสกสิณ เพ่งอากาศ

๒) อสุภะ ๑๐ ได้แก่ ๑. อุทธุมาตกอสุภ คือ ซากศพของคนและสัตว์ที่ตายไปแล้ว ๒. วินีลกอสุภ คือ ซากศพที่มีสีเขียว สีแดง สีขาว คละปนระคนกัน ๓. วิปุพพกอสุภ คือ ซากศพที่มีน้ำเหลืองไหลอยู่เป็นปกติ ๔. วิฉิททกอสุภ คือ ซากศพที่ขาดเป็นสองท่อนในท่ามกลางมีกายขาดออกจากกัน ๕. วิกขายิตกอสุภ คือ ซากศพที่ถูกสัตว์ยื้อแย่งกัดกิน ๖. วิกขิตตกอสุภ คือ ซากศพที่ถูกทอดทิ้งไว้จนส่วนต่างๆ กระจัดกระจายออกไปคนละทาง ๗. หตวิกขิตตกอสุภ คือ ซากศพที่ถูกสับฟันเป็นท่อนน้อยท่อนใหญ่ ๘. โลหิตกอสุภ คือ ซากศพที่มีเลือดไหลออกเป็นปกติ๙. ปุฬุวกอสุภ คือ ซากศพที่เต็มไปด้วยตัวหนอนคลานกินกันอยู่ และ ๑๐. อัฏฐิกอสุภ คือ ซากศพที่มีแต่กระดูก

๓) อนุสสติ ๑๐ ได้แก่ พุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ สังฆานุสสติ สีลานุสสติ จาคานุสสติ เทวตานุสสติ อุปสมานุสสติ มรณานุสสติ แต่ต้นฉบับขาดไป ๒ คือ กายคตานุสสติ และ อานาปานสติ ซึ่งมีกล่าวไว้ในบทหลัง

๔) พรหมวิหาร ๔ ได้แก่ เมตตาพรหมวิหาร กรุณาพรหมวิหาร มุทิตาพรหมวิหาร และ อุเปกขาพรหมวิหาร

๕) อรูป ๔ ได้แก่ ปถมอรูปฌาน ทุติยอรูปฌาน ตติยอรูปฌาน จตุตถอรูปฌาน (วิญญานัญญจายตนะ และ เนวสัญญานาสัญญายตนะ ถือสภาวธรรมเป็นอารมณ์, อากาสานัญจายตนะ และ อากิญจัญญายตนะ ถือบัญญัตติเป็นอารมณ์)

๖) อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑

๗) จตุธาตุววัตถาน ๑

๔.๑.๒ วิปัสสนากัมมัฏฐาน

คัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก ฉบับปริวรรต ของ ผศ.ดร.วิโรจน์ อินทนนท์ ยศพล เจริญมณี และขนานยี่ จันทร์ พบว่า ได้กล่าวถึงรูปแบบของวิปัสสนากัมมัฏฐาน ดังนี้

๑) การพิจารณาลักษณะของรูปและนาม

รูป คือ ร่างกาย และพฤติกรรมทั้งหมดของร่างกาย ส่วนหนึ่งรับรู้สัมผัสได้ด้วยตา หู จมูก ลิ้น กาย โดยทั่วไปหมายถึงขันธ์ที่เป็นฝ่ายนามธรรม ๔ ขันธ์ ดังนี้คือ เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ส่วน นาม คือ สิ่งที่ไม่มีรูปร่าง รับรู้ได้ด้วยจิตใจ

๒) การภาวนาทิฏฐิวิสุทธิ คือการกำหนดรู้ลักษณะรูปนาม

๓) การภาวนากังขาวิตรณวิสุทธิ คือความหมดจดแห่งญาณเป็นเครื่องข้ามพ้นความสงสัย ความบริสุทธิ์ขั้นที่ทำให้กำจัดความสงสัยได้ คือ กำหนดรู้ปัจจัยแห่งนามรูปได้แล้วจึงสิ้นสงสัย เห็นปฏิจจสมุปบาท

๔) การภาวนาวิปัสสนาญาณ คิอการพิจารณารูปนาม ให้เห็นลักษณะ ๓ ประการ คือ เป็นอนิจจัง ไม่เที่ยงแท้ เกิดดับทุกขณะ เป็นทุกข์ เป็นภัย ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ และเป็นอนัตตา ความไม่มีตัวตน แก่นสารที่ยั่งยืน พระนิพพานเท่านั้น มีสภาวะยั่งยืน และสงบ

๕) การภาวนาวิปัสสนาอุทยวยญาณ อันเปนที่เกิดแห่งอุปกิเลส ๑๐ อย่าง ได้แก่ โอภาโส ปีติ ปัสสัทธิ อธิโมกขะ ปัคคหะ สุข ญาณ อุปฏฐาน อุเบกขา นิกกันติ

๔.๒ วิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก

ผู้ปฏิบัติภาวนาวิปัสสนากัมมัฏฐาน ให้ตกแต่งจัดเตรียมข้าวตอกดอกไม้ เครื่องสักการะบูชา และปรมัตถบูชา คือ ชีวิตและปฏิบัติบูชา ขอขมาพระแก้วเจ้า ๕ โกฐาก โดยให้แบ่งเป็น ๒ ส่วน ๕ ส่วนแรกให้บูชาพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก มีพระพุทธเจ้าเป็นประธาน ๕ ส่วน ต่อมาเป็นการขอขมาครูบาอาจารย์ สัตว์โลกทั้งมวลที่ยังคงเวียนว่ายตายเกิด โดยมีคำบูชาว่า

"...๕ โกฐากอันหัวทีถวายปูชาพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก มีพระพุทธเจ้าเปนผะธาน อันทรงยังอนันตาอัปปริมานาอติเรกคุณคณาชุดวงบ่เสสสะหลอ ขอเปนผะธานไจ้ ๆ เพื่อหื้อได้ยังโลกิยโลกุตตรสัมปัตติสุขดีหลี ๕ โกฐากอันถ้วน ๒ ก็ขอสมมาผู้ได้กับท่วนเทียวไปมาในภวสังสารวัฏฏมีเคล้าเงื่อนเบื้องต้นเบื้องปลาย บ่แขวดกฏหมายได้ ผู้ข้าหากได้กทำปมาทะอคารวะในพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก ทวารทัง ๓ ในอิริยาบถทัง ๔ ตั้งแรกแต่มหุตตชวนาจิตตุปบาทอันนี้ คืนเมือหลังด้วยอเนกชาติ สังสารวัฏฏภวะที่ใดที่หนึ่งก็ดี ก็รู้ว่าเปนโทสแท้ดีหลี บัดนี้ผู้ข้าได้ตระหมวนรอมมายังปมาทโทสฝูงนั้นบ่เสสสะหลอ สำแดงหื้อผากฏมีสภาวะสันนี้ อจฺจโย เม ภนฺเต อจฺจคมา ยถาพลํ ยถามูฬฺหํ ยถาอกุสลํ มยมฺภนฺเต พุทฺธธมฺมสงฺฆกมฺมฏฺฐาน กมฺมฏฺฐานทายกาจริยสงฺขาเตสุ ปญฺจรตเนสุ อตีเต วา ปจฺจุปนฺเน

วา กาเยน วา วาจาย วา มนสา วา ปมาทมฺคารวมฺคริ ตสฺส เม ภนฺเต อนุกมฺปํ อุปาทาย อจฺจยํ อจฺจยโต ปฏิคณฺหนฺตุ ขมนฺตุ อายตึ สงฺวราย อายตึ สงฺวริสฺสามิ ฯ บัดนี้ขอพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก จุ่งเมตตาขุณณาผู้ข้ารับเอาปูชาวิเสสอันนี้ เพื่อสังคหะหื้อแล้วขอขมาปันนกัมมโทสแห่งผู้ข้า หื้อเถิงเซิ่ง เปนอโหสิกัมม์ชำระหื้อเปนนัตถิวิมปัจจตินาภวิสสติวิมกะ อย่าหื้อเปนนิวรณธัมม์กัมม์อันห้ามยัง สัคคโมกขปีติ ยุคคลสมาธิ ปัญญา มูลปณิธาน ธัมมานุธัมมปฏิปัตติ จตุอธิปติสติ วิสุทธิ วิปัสสนาเจ้าทัง ๑๐ มีต้นว่าสัมสนญาณ ทัสสนญาณวิสุทธิเจ้าลูกถ้วน ๗ นั้นดีหลี ด้วยปณิธานธัมมวรเจตนาอันนี้ ขอจุ่งเปนผะไจเพื่อหื้อได้ยังปรมัตถโลกุตตรมัคคผละนิพพาน ตามเจโตปณิธานชุผะการ ผู้ข้ายังยอบยั้ง อยู่ตั้งอยู่ด้วยปัญจขันธะสันตารอันนี้ จุ่งผะกอบด้วยอายุ วัณณ สุข พล ปฏิภาน อาโรคย อัชฌติกก พาหื้อชุผะการ

บัดนี้ผู้ข้าจักปฏิปัตติปูชาสาสนาพระพุทธเจ้า ห้องวิปัสสนาเจ้าดวงใดก็ดี จุ่งหื้อวุฒิวิรุฬหิ พันได้ยังปีติยุคคลสมาธิ ปัญญาวิปัสสนาญาณเจ้า อันเปนอุบายเพื่อกำจัดตัดเสียยังกิเลสธัมม์ชำระเปน ที่เสี้ยงที่สุดแห่งวัฏฏทุกข์ทังมวรแล้ว ข้าขอเข้าสู่เวียงแก้วคือนิพพานด้วยสุขปฏิปทาขิปปาภิญญาณแท้ ดีหลี ด้วยเตชกุสลบุญราสีอันนี้ ผู้ข้าได้แล้วก็จักอุทิสหื้อเถิงแก่สัตตโลกทังมวร มีปุพพการีหิตตการีเปน ต้น ตั้งแต่ขะกูลอันนี้เมือหลัง ๗ เช่นขะกูล มีพ่อแม่เปนต้น หื้อได้เถิงแก่เทวคณาทังหลาย มีเทวดาอัน รักสาตนตัวผู้ข้าเปนผะธาน แลเทวดามเหสักขทังหลาย อันรักสาโลกธาตุพุทธสาสนาพระพุทธเจ้าชุ แห่งชุที่ มีเทวดาอันรักสาฐานันตระที่นี้เปนผะธาน จุ่งผะกอบด้วยธัมมวุฒิทิพพสัมปัตติ เสี้ยงกาลเมิน นานนักชุตนชุพระองจุ่งจักมีดีหลีเทอะ ฯ”

๔.๒.๑ การปฏิบัติสมถกัมมัฏฐาน

๑) วิธีภาวนาอนุสติ ๑๐

๑. เริ่มต้นด้วย นโม พุทฺธาย ฯ โยคาวจรผู้ปฏิบัติกัมมัฏฐาน ให้ชำระศีลให้บริสุทธิ์ก่อน คือว่าภิกขุชำระจตุปริสุทธสีล สามเณรหื้อชำระศีลสิบ อุปาสกอุปาสิกาให้ชำระศีล ๕ ศีล ๘ ตามอันควร

๒. ขอขมาพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก (พิธีขอขมาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ พระกัมมัฏฐาน และครูบาอาจารย์ผู้ให้กัมมัฏฐาน)

๓. หาสถานที่อันสงัดจากอารมณ์ (อื่น ๆ)

๔. นั่งขัดสมาธิ ตั้งตัวให้ตรง นั่งอย่าให้เท้าไขว้กัน เอาปลายเท้าเบื้องซ้ายซุกเข้าตรง แข้งเบื้องขวา ให้ส้นเท้าเบื้องขวาชนหน้าแข้ง ให้หัวเข่าทั้ง ๒ ติดอาสนา เอามือซ้อนกัน เบื้องซ้ายไว้ ล่าง เบื้องขวาไว้บน แล้วหลับตา งับปาก แล้วระลึกในใจว่า “พระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่งแก่ข้า พระธัมมเจ้า เป็นที่พึ่งแก่ข้า พระสังฆเจ้าเป็นที่พึ่งแก่ข้า อาจารย์เจ้าเป็นที่พึ่งแก่ข้า กัมมัฏฐานพระพุทธเจ้าทั้งมวล เป็นที่พึ่งแก่ข้า ข้าจักภาวนาพุทธคุณเจ้า ให้ได้สมาธิในอิริยาบถอันข้านั่งนี้ฯ” ตั้งจิตอธิษฐานมอบตน แก่พระพุทธเจ้าว่า “อิมาหํ ภนฺเต ภควา อิมํ อตฺตภาวํ สชีวิตํ ตุมฺหากํ สพฺพพุทฺธานํ ปริจฺจชามิ นิยฺยาเทมิ” ๓ ครั้ง

การภาวนาพุทธานุสสติ

หลังจากอธิษฐานมอบตนแก่พระพุทธเจ้าแล้ว ให้กล่าวในใจ บทว่า

“อปฺปมาโณ พุทฺโธ อปฺปมาโณ ธมฺโม อปฺปมาโณ สงฺโฆ พระพุทธเจ้ามีคุณอันหาผะหมานบ่ได้ พระนวโลกุตตรธัมม์แลปริยัตติธัมม์มีคุณอันมากบ่อาดจักนับได้แล พระสังฆเจ้าก็ทรงคุณอันมากหาผะหมานบ่ได้แท้แล ฯ พุทฺโธ เม นาโถ พระพุทธเจ้าตนถรัสรู้จตุอริยสัจจธัมม์เปนที่เพิ่งแก่ข้าแล, ธมฺโม เม นาโถ พระนวโลกุตตรธัมม์เจ้า ๙ ผะการสิบกับทังปริยัตติธัมม์เปนที่เพิ่งแก่ข้า, สงฺโฆ เม นาโถ พระสังฆเจ้า ๒ จำพวก คือสมฺมุตติแลอริยสังฆเจ้าเปนอเนกคุณธารเปนที่เพิ่งแก่ข้า, กมฺมฏฺฐานํ เม นาถํ กัมมัฏฐานเจ้า ๒ จำพวก คือสมถกัมมัฏฐานแลวิปัสสนากัมมัฏฐานเปนที่เพิ่งข้า, กมฺมฏฺฐานทายกาจริโย เม นาโถ อาจารเจ้าตนสอนธัมม์กัมมัฏฐานทังมวรเปนที่เพิ่งแก่ข้า เพื่อหื้อหายอัชฌัตตพหิทธอนตราย (อันตราย)ทังมวรแท้ดีหลีแล บัดนี้ผู้ข้าจักภาวนาพุทธานุสติกัมมัฏฐาน คือตั้งไว้ยังพุทธคุณเจ้าเปนอารัมมณะ ร่ำเพิงเถิงคุณราสีอันเปนอนันตามีอรหัตตทิคุณเปนต้น เพื่อหื้อเปนผะไจแก่มัคคผลนิพพาน ปฏิเวธปีติสมาธิธัมม์เจ้า ขอจุ่งเกิดเปนในตน ในใจ แห่งข้า ในอิริยาบถอันข้านั่งนี้แท้ดีหลีเทอะ ฯ” จากนั้นกล่าวระลึกถึงพุทธคุณ บทว่า

“อิติปิโส ภะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ, วิชชาจะระณะสัมปันโน, สุขโต โลกะวิทู, อนุตตะโร ปุริสสะทัมมะสาระถิ, สัตถา เทวะมะนุสสานัง, พุทโธ ภะคะวาติ” ๓ ที

จากนั้นกล่าวบทว่า

“โส ภควา อันว่าพระพุทธเจ้าตนนั้น อรหํ ได้ชื่อว่าอรหันต์ อิติปิ มักว่า อิมินา จ การเนนแม่นด้วยเหตุอันนี้ก็ดี พระพุทธเจ้าตนนั้นได้ ชื่อว่าอรหันต์ด้วยเหตุอันกำจัดรีดถางม้างเสียยังสังสารจักด้วยดาบแก้วคืออรหัตตมัคคญาณ ผะการหนึ่งพระพุทธเจ้าตนนั้น ได้ชื่อว่าอรหํ ด้วยเหตุอันไกลแต่ข้าเสิ้กคือราคาทิปาปธัมม์ ผะการหนึ่งพระพุทธเจ้าตนนั้นได้ชื่อว่าอรหํ ด้วยอันพระบ่กทำยังปาปธัมม์ในที่สงัดเปนดั่งสมัญญสัตทังหลาย ผะการหนึ่งพระพุทธเจ้าตนนั้นได้ชื่อว่าอรหํ ด้วยเหตุอันเปนอัคควรทักขิเณยยะปุคคละ ตนผะเสริฐยิ่งกว่าทักขิเณยยะปุคคละทังหลายในโลกนี้ เปนอรหันตาตนผะเสริฐยิ่งกว่าอรหันตาในโลกนี้ พระทรงคุณหาที่สุดบ่ได้ ควรเพื่อรับเอายังปูชาภิเสสแห่งนรเทวทังหลายอันนำมาแท้ดีหลีจิง(จริง)แล ฯ”

แล้วจึงบริกรรมภาวนาว่า “อิติปิ โส ภควา อรหํ” ๓ ที และบริกรรม “อรหํ อรหํ” ไปเรื่อยๆ

เมื่อเจริญภาวนาบทว่า “อรหํ พระพุทธเจ้าตนไกลยิ่งนัก แต่กิเลสธัมม์ว่าอั้นก็ดี อรหํ พระพุทธเจ้าตนข้าเสียแล้วยิ่งนัก ยังข้าเสิ้กคือกิเลสว่าอั้นก็ดี อรหํ พระพุทธเจ้าตนหักเสียแล้วยิ่งนัก ยังกลำแห่งสังขารจักก์ว่าอั้นก็ดี อรหํ พระพุทธเจ้าตนควรยิ่งนักเซิ่งปูชาวิเสสแห่งคนแลเทวดาทังหลายว่าอั้นก็ดี อรหํ พระพุทธเจ้าตนบ่กทำบาปในที่สงัดว่าอั้นก็ดี” ให้เอาอรหัตตมัคค อรหัตตผลเป็นอารมณ์ เอาเข้ามาไว้ในหัวใจ จำเริญภาวนาว่า “อรหํ อรหํ”

เมื่อภาวนาบทว่า “สมฺมาสมฺพุทฺโธ” ให้น้อมเอาสัพพัญญูตัญญาณเป็นอารมณ์ เข้ามาไว้ในใจ ให้เจริญภาวนาว่า “สมฺมาสมฺพุทฺโธ ๆ”

เมื่อภาวนาบทว่า “วิชฺชาจรณสมฺปนฺโน” ให้น้อมนำวิชชา /ปัญญา / ญาณ ๘ ประการ มี วิปัสสนาญาณ, (สัมมสนญาณ อุทยวยญาณ มุญจิตุกัมยตา ปฏิสังขารญาณ สังขารุเปกขญาณ) อนุโลมญาณ, มโนมยิทธิญาณ, อิทธิวิธีญาณ, ทิพพโสตญาณ, ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ, ปรจิตตวิชานน ญาณ, อาสวักขยญาณ, และจรณะ ๑๕ มี สีลสังวร, อินทรียสังวร, โภชเน มัตตัญญุตา, ชาคริยานุโยค, สัทธา, หิริ, โอตตัปปะ, พาหุสัจจะ, วิริยะ, สติ, ปัญญา, และ รูปฌาน ๔ (ตามจตุกกนัย) มาเป็นอารมณ์ เข้ามาไว้ในใจ ให้เจริญภาวนาว่า “วิชฺชาจรณสมฺปนฺโน ๆ”

เมื่อภาวนาบทว่า “สุคโต” ให้น้อมเอามัคคญาณทั้ง ๔ หรือ สัพพัญญูตัญญาณเป็นอารมณ์ แล ให้เจริญภาวนาว่า “สุคโต ๆ”

เมื่อภาวนาบทว่า “โลกวิทู” ให้น้อมนำทศพลญาณมาเป็นอารมณ์ เข้ามาไว้ในใจ ให้เจริญ ภาวนาว่า “โลกวิทู ๆ”

เมื่อภาวนาบทว่า “อนุตฺตโร” ให้น้อมเอาพุทธคุณทั้งหมด เป็นต้นว่าอรหัตตมัคคญาณ สัพพัญญูตัญญาณเป็นอารมณ์ เข้ามาไว้ในใจ ให้เจริญภาวนาว่า “อนุตฺตโร ๆ”

เมื่อภาวนาบทว่า “ปุริสทมฺมสารถิ” ให้น้อมเอา อสาธารณญาณ ๖ ประการ มีมหากรุณา สมาบัติญาณ ยมกปฏิหาริยญาณ อินทรียปโรปริยัติญาณ อาสยานุสสติญาณ อนาวรณญาณ สัพพัญญู ตัญญาณ เป็นอารมณ์ เข้ามาไว้ในใจ ให้เจริญภาวนาว่า “ปุริสทมฺมสารถิ ๆ”

เมื่อภาวนาบทว่า “สตฺถา เทวมนุสฺสานํ” ให้น้อมเอา อิทธิวิธีญาณ เทสนาญาณ อสาธารณ ญาณ ๓ เป็นอารมณ์ เข้ามาไว้ในใจ ให้เจริญภาวนาว่า “สตฺถา เทวมนุสฺสานํ ๆ”

เมื่อภาวนาบทว่า “พุทฺโธ” ให้นำเอามัคคญาณ และ สัพพัญญูตัญญาณ เป็นอารมณ์ เข้ามาไว้ในใจ ให้เจริญภาวนาว่า “พุทฺโธ ๆ”

เมื่อภาวนาบทว่า “ภควา” ให้นำเอา บารมี ๓๐ ทัศ อรหัตตผละ สัพพัญญูตัญญาณ เป็นอารมณ์ เข้ามาไว้ในใจให้ เจริญภาวนาว่า “ภควา ๆ”

การภาวนาธัมมานุสสติ

๑. นั่งขัดสมาธิ ตั้งตัวให้ตรง นั่งอย่าให้เท้าไขว้กัน เอาปลายเท้าเบื้องซ้ายซุกเข้าตรงแข้ง เบื้องขวา ให้ส้นเท้าเบื้องขวาชนหน้าแข้ง ให้หัวเข่าทั้ง ๒ ติดอาสนา

๒. ระลึกถึงธรรมคุณ บทว่า “สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม, สันทิฏฐิโก, อะกาลิโก, เอหิปัสสิโก, โอปะนะยิโก, ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหีติ” ๓ ที แล้วจึงบริกรรม “สวากฺขาโต ภควตา ธมฺโม” ไปเรื่อย ๆ

เมื่อเจริญภาวนาบทว่า “สฺวากขาโต ภควตา ธมฺโม สนฺทิฏฺฐิโก อกาลิโก เอหิปสฺสิโก โอปนยิโก ปจฺจตฺตํ เวทิตพฺโพ วิญฺญูหีติ” ให้เอาผละ ๔ นิพพาน ๑ เป็นอารมณ์ ให้เจริญภาวนาว่า “สฺวากฺขาโต ภคตา ธมฺโม ๆ ”

เมื่อภาวนาบทว่า “สนฺทิฏฺฐิโก ธมฺโม” ให้น้อมเอา โลกุตรธรรม ๙ (มัคค์ ๔ ผล ๔ และนิพพาน ๑) เป็นอารมณ์ เข้ามาไว้ในใจ ให้เจริญภาวนาว่า “สนฺทิฏฺฐิโก ธมฺโม ๆ ”

เมื่อภาวนาบทว่า "อกาลิโก ธมฺโม" ให้น้อมเอา มัคคญาณ ๔ เป็นอารมณ์ เข้ามาไว้ในใจ ให้เจริญภาวนาว่า "อกาลิโก ธมฺโม ๆ "

เมื่อภาวนาบทว่า "เอหิ ปสฺสิโก ธมฺโม" ให้น้อมเอา โลกุตรธรรม ๙ เป็นอารมณ์ เข้ามาไว้ในใจ ให้เจริญภาวนาว่า "เอหิ ปสฺสิโก ธมฺโม ๆ "

เมื่อภาวนาบทว่า "โอปนยิโก ธมฺโม" ให้น้อมเอา โลกุตรธรรม ๙ เป็นอารมณ์ เข้ามาไว้ในใจให้ เจริญภาวนาว่า "โอปนยิโก ธมฺโม ๆ "

เมื่อภาวนาบทว่า "ปจฺจตฺตํ เวทิตพฺโพ ธมฺโม วิญฺญูหิ " ให้น้อมเอา โลกุตรธรรม ๙ เป็นอารมณ์ เข้ามาไว้ในใจ ให้เจริญภาวนาว่า "ปจฺจตฺตํ เวทิตพฺโพ ธมฺโม วิญฺญูหิ ๆ "

การภาวนาสังฆานุสสติ

๑. นั่งขัดสมาธิ ตั้งตัวให้ตรง นั่งอย่าให้เท้าไขว้กัน เอาปลายเท้าเบื้องซ้ายซุกเข้าตรงแข้งเบื้องขวา ให้ส้นเท้าเบื้องขวาชนหน้าแข้ง ให้หัวเข่าทั้ง ๒ ติดอาสนา

๒. ระลึกถึงพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก บทว่า

"พุทฺโธ เม นาโถ พระเจ้าเปนที่เพิ่งแก่ข้า ฯลฯ กมฺมฏฺฐานทายกาจริโย เม นาโถ อาจารย์เจ้าตนหื้อกัมมัฏฐานเปนที่เพิ่งแก้ข้า ผู้ข้าจักภาวนาสังฆานุสติกัมมัฏฐานเจ้า ปีติสมาธิธัมม์เจ้าอันผะเสริฐ จุ่งเกิดในกายจิตแห่งข้าในอิริยาปถอันนี้แท้ดีหลีเทอะ"

๓. ระลึกถึงสังฆคุณ บทว่า "สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม, สันทิฏฐิโก, อะกาลิโก, เอหิปัสสิโก, โอปะนะยิโก, ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหีติ" ๓ ที แล้วจึงบริกรรม "สุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ" ไปเรื่อย ๆ

เมื่อเจริญภาวนาบทว่า "สุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ อุชุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ ญายปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ สามีจิปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ ยทิทํ จตฺตาริ ปุริสยุคานิ อฏฺฐปุริสปุคฺคลา เอส ภควโต สาวกสงฺโฆ อาหุเนยฺโย ปาหุเนยฺโย ทกฺขิเนยฺโย อญฺชลีกรณีโย อนุตฺตรํ ปุญฺญกฺเขตฺตํ โลกสฺสาติ" ให้เอามัคคะ ๔ ผละ ๔ เป็นอารมณ์ ให้เจริญภาวนาว่า "สสุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ ๆ "

การภาวนาสีลานุสสติ

๑. สมาทานเอาศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ หรือ จตุปริสุทธสีลให้บริสุทธ์

๒. นั่งขัดสมาธิ ตั้งตัวให้ตรง นั่งอย่าให้เท้าไขว้กัน เอาปลายเท้าเบื้องซ้ายซุกเข้าตรงแข้งเบื้องขวา ให้ส้นเท้าเบื้องขวาชนหน้าแข้ง ให้หัวเข่าทั้ง ๒ ติดอาสนา

๓. ระลึกถึงพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก บทว่า

"พระพุทธเจ้าแลพระสัทธัมม์ พระสังฆเจ้าแลกัมมัฏฐานทายกจริยเจ้าเปนที่เพิงแก่ข้าเทอะ ข้าจักภาวนาสีลานุสติกัมมัฏฐานเจ้า ปีติสมาธิธัมม์เจ้า จุ่งเปนกับเกิดในกายจิตแห่งข้าบัดนี้เทอะ"

๔. บริกรรม “อโห วต เม สีลานิ อขณฺฑานิ” ไปเรื่อย ๆ

การภาวนาจาคานุสสติ

๑. นั่งขัดสมาธิ ตั้งตัวให้ตรง นั่งอย่าให้เท้าไขว้กัน เอาปลายเท้าเบื้องซ้ายซุกเข้าตรงแข้งเบื้องขวา ให้สันเท้าเบื้องขวาชนหน้าแข้ง ให้หัวเข่าทั้ง ๒ ติดอาสนา

๒. ระลึกถึงทานอันตนได้กระทำมาก่อนแล้ว ไม่ว่าจะมากหรือน้อยก็ตาม แล้วจึงบริกรรมภาวนา บทว่า

“อโห วตาหํ วิคฺคตมจฺเฉน เจตสา วิหารามิ มุตฺตจาโค ปยตปาณี โวสคฺครโต ยาจโยโค วทญฺญู ทานํ สํวิภาครโตติ” ๓ ที

๓. จากนั้นให้บริกรรม “อโห วตาหํ วิคตมจฺเฉเรน เจตสา วิหรามิ” ไปเรื่อย ๆ

การภาวนาเทวตานุสสติ

๑. หาสถานที่อันสงัด นั่งขัดสมาธิ ตั้งตัวให้ตรง

๒. บริกรรมภาวนา บทว่า “สพฺเพ เทวา สอินฺทกา อิเม สทฺธา สีลาทิคุเณหิ สมนฺนาคตา ฉสุ เทวโลเกสุ อุปฺปชนฺติ อิเม คุณา” ๓ ที

๓. จากนั้นให้บริกรรม “ยถา เทวา สุขํ ปปฺโปนฺติ ตถาหํ สุขํ ปาปุเณยฺยํ” ไปเรื่อย ๆ

การภาวนาอุปสมานุสสติ

๑. หาสถานที่อันสงัด นั่งขัดสมาธิ ตั้งตัวให้ตรง ระลึกถึงพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก บทว่า “พุทฺโธ เม นาโถ” เป็นต้น

๒. ระนึกถึงคุณแห่งนิพพาน บทว่า “โย มทฺทนิมฺมทฺทโน ปิปาสวินโย อาลยสมุคฺฆาโต ราคกฺขโย โทสกฺขโย โมหกฺขโย สพฺพสงฺขารสมฺตฺโถ สพฺพุปธิปฏินิสฺสคฺโค ตณฺหกฺขโย วิราโค นิโรโธ นิพฺพานนฺติ เอตํ สนฺตํ เอตํ ปณีตํ อจฺจนฺตํ สุขํ ปณีตํ สุขํ อุตฺตมํสุขํ อชาติ อชรํ อมรณํ อุตฺตมํ อนุตฺตรนฺติ” ๓ ที

๓. จากนั้นให้บริกรรม “นิพฺพานํ อคฺคํ นิพฺพานํ อุตฺตมํ นิพฺพานํ อนุตฺตรํ” ไปเรื่อย ๆ

การภาวนามรณานุสสติ

๑. หาสถานที่อันสงัด นั่งขัดสมาธิ ตั้งตัวให้ตรง

๒. ระนึกถึงพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก บทว่า “พุทฺโธ เม นาโถ พระพุทธเจ้าเปนที่เพิ่งแก่ข้าฯลฯ กมฺมฏฺฐานทายกาจริโย เม นาโถ อาจารย์เจ้าตนสอนกัมมัฏฐานเปนที่เพิ่งแก่ข้า ผู้ข้าจักภาวนายังมรณานุสติกัมมัฏฐาน เพื่อเปนผะไจแก่โลกุตตรธัมม์ ปฏิเวธอุปจารสมาธิอัปปนาสมาธิ ขอจุ่งเกิดเปนไปในกายจิตแห่งข้าในอิริยาบถอันข้านั่งนี้แท้ดีหลีเทอะฯ อธุวํ เม ชีวิตํ ธุวํ เม มรณํ อวสฺสํ มยา มริตพฺพํ มรณปริโยสานํ เม ชีวิตํ มรณํ เม ภวิสฺสติ ชีวิตํ เม นิรุชฺฌิสฺสติ มรณํ ธุวํ” ๓ ที

๓. จากนั้นให้บริกรรม “มรณํ เม ธุวํ มรณํ เม ธุวํ” ไปเรื่อย ๆ

การภาวนากายคตานุสสติ

๑. ในโกฐาก ๓๒ หรืออาการ ๓๒ นั้น ให้ถือเอาอาการใดอาการหนึ่งเป็นอารมณ์ก่อน เช่น หากจะภาวนาเกสาโกฐาก ก็ให้ดึงเอาผมออกมา ๑ เส้นไว้บนฝ่ามือ พิจารณาดูผมเส้นนั้นว่า “ผมทังหลายมีผมเส้นนี้เปนต้น มีผะหมาน ๕ ล้านเส้น มีวัณณะอันดำแดงเปนดั่งวัณณะแห่งหมากดีควาย มัดเคล้าเถียวปลายหยั่งเข้าในหนังหัวผะหมานเท่าเมดเข้าสานหัก มีคันธะอันหมิน(เหม็น)สาบเปนดั่งปีกไกล่อันไฟไหม้นั้น ควรกิเลียดชะด้วยวัณณะสัณฐาน คันธะ อาสยะ แลโอกาด(-ส)เหมือนดั่งผักอันเกิดที่ในที่ถ่อย คือป่าช้าผีแลที่อันคนทังหลายหากเสียมุตตกรีสะ บ่ควรจักแต่งแปงเปนอาหารอันใดสักอันแล ผมทังหลายฝูงนี้ก็ตั้งอยู่ในหัวแห่งกูควรโสกโครกนักแล” รำพึงไปเรื่อยๆ จนแจ้งแก่ใจแม้นว่าหลับตาก็ยังเห็นผมทั้งหลายอยู่

๒. หาสถานที่อันสงัด นั่งขัดสมาธิ ตั้งตัวให้ตรง ระลึกถึงพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก บทว่า “พระพุทธเจ้าเปนที่เพิ่งแก่ข้า ฯลฯ อาจารย์เจ้าตนสอนกัมมัฏฐานเปนที่เพิ่งแก่ข้า ผู้ข้าจักภาวนายังกายคตานุสติกัมมัฏฐานเจ้า เพื่อหื้อเปนผะไจแก่มัคคผละปฏิเวธแท้ดีหลี อุคคหนิมิต ปฏิภาคนิมิตจุ่งผากฏพายในใจแห่งผู้ข้า ในอิริยาบถอันนี้แท้ดีหลีเทอะ”

๒. ระนึกถึงพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก บทว่า “พุทฺโธ เม นาโถ พระพุทธเจ้าเปนที่เพิ่งแก่ข้า ฯลฯ กมฺมฏฺฐานทายกาจริโย เม นาโถ อาจารย์เจ้าตนสอนกัมมัฏฐานเปนที่เพิ่งแก่ข้า ผู้ข้าจักภาวนายังมรณานุสติกัมมัฏฐาน เพื่อเปนผะไจแก่โลกุตตรธัมม์ ปฏิเวธอุปจารสมาธิอัปปนาสมาธิ ขอจุ่งเกิดเปนไปในกายจิตแห่งข้าในอิริยาบถอันข้านั่งนี้แท้ดีหลีเทอะฯ

๓. บริกรรมบทว่า “เกสา อฑฺฒโกฏิปมาณา มม สีเส ปติฏฺฐิตา อสุภา อติเชคุจฺฉา ปรมทุคนฺธา ปฏิกูลา” ๓ ที

๔. จากนั้นให้บริกรรม “เกสา ปฏิกูลา” ไปเรื่อย ๆ

การภาวนาอานาปานานุสติ

๑. ขอขมาพระแก้ว ๕ จำพวก

๒. นั่งให้ถูกต้อง บริกรรมในใจว่า “พระพุทธเจ้าเปนที่เพิ่งแก้ข้า ฯลฯ ข้าจักภาวนาอาปานสติเจ้า หื้อได้อุคคหนิมิตแลปฏิภาคนิมิตแล สมาธิในอิริยาบถอันข้านั่งนี้ ผิบ่ได้อุคคหนิมิตปฏิภาคนิมิตแลสมาธิ แม่นชิ้นบกเลือดแห้ง ข้า(ขา)เท่ายังเขินขระดูกเอนคาดหนังแบอยู่อั้นก็ดี ข้าก็ยังจักขอภาวนาอานาปานสติเจ้า หื้อได้อุคคหนิมิตปฏิภาคนิมิตแลสมาธิแท้ดีหลี ขอจุ่งวุฑฒิแก่ข้าเทอะ”

๓. การกำหนดลมหายใจ เข้า-ออก ลมต้อง(สัมผัส)ที่ใดชัด เช่น ที่ปลายจมูก หรือ ที่ริมฝีปาก ก็จงตั้งสติกำหนดที่นั่น ให้นับลมหายใจเข้าว่า ๑ ๑ ลมหายใจออกว่า ๒ ๒ เป็นต้น นับเรื่อยไปถึง ๑๐ ๑๐ ที่นับเป็นคู่ สำหรับบางคนที่ลมหายใจเข้าออกไม่ปรากฏชัด แต่สำหรับผู้ที่ลมหายใจปรากฏชัด ให้นับ ลมหายใจเข้า ๑ ลมหายใจออก ๒ ไล่การนับไปเรื่อย ๆ จนถึง เข้า ๙ ออก ๑๐ ตั้งสติกำหนดที่ลมหายใจเข้า หายใจออก ตรงฐานที่ลมหายใจถูกต้อง หรือสัมผัสนั้น หากมีความชำนาญแล้ว ให้นับว่า ๑ เข้า ๒ ออก ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ไปเรื่อย ๆ ก็ดี หรือว่า ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ไปเรื่อย

ๆ ก็ดี ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ไปเรื่อย ๆ ก็ดี ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๑๐ ไปเรื่อย ๆ ก็ดี ตั้งสติกำหนดที่ลมหายใจเข้า หายใจออก ตรงฐานที่ลมหายใจถูกต้อง หรือสัมผัสนั้น

๒) การภาวนาพรหมวิหาร

การภาวนาเมตตาพรหมวิหาร

๑. หาสถานที่อันสงัด

๒. นั่งให้เหมาะสม หลับตา งับปาก ระลึกในใจว่า “อปฺปมาโณ พุทฺโธ อปฺปมาโณ ธมฺโม อปฺปมาโณ สงฺโฆ พุทฺโธ เม นาโถ ธมฺโม เม นาโถ สงฺโฆ เม นาโถ กมฺมฏฺฐานํ เม นาถํ กมฺมฏฺฐานทายกาจริโย เม นาโถ พระแก้วเจ้า ๕ จำพวก มีพระพุทธเจ้าเปนผะธาน เปนที่เพิ่งแก่ข้าผู้ข้าจักภาวนาเมตตาพรหมวิหาร แผ่เมตตาจิตเถิงยังสัตตโลกทังมวร ปีติสมาธิธัมม์เจ้าจุ่งเปนไปในกายจิตแห่งข้าในอิริยาบถอันนี้ดีหลีเทอะ”

๓. บริกรรมในใจว่า “อหํ สุขิโต โหมิ อหํ นิทฺทุกฺโข โหมิ” ๓ ที จากนั้นบริกรรมว่า “อหํ สุขิโต อหํ สุขิโต” ไปเรื่อย ๆ ชั่วเคี้ยวหมากจืด แล้วจึงแผ่เมตตาจิตถึงแก่สัตว์โลกทั้งมวลว่า “ทสสุ ทิสาสุ สุขิตา สพฺเพ สตฺตา สุขิตา อเวรา อพฺยาปชฺฌา อนีฆา สุขี อตฺตานํ ปริหรนฺตุ” ๓ ที จากนั้นให้บริกรรมว่า “สัตสุข สัตสุข” ไปเรื่อย ๆ

การภาวนากรุณาพรหมวิหาร

๑. หาสถานที่อันสงัด

๒. นั่งให้เหมาะสม หลับตา งับปาก ระลึกในใจถึงพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก จากนั้นระลึกในใจว่า “สพฺเพ สตฺตา ทุกฺขา ปมุญฺจนฺตุ สพฺเพ ปาณา ทุกฺขา ปมุญฺจนฺตุ สพฺเพ ภูตา ทุกฺขา ปมุญฺจนฺตุ สพฺเพ ปุคฺคลา ทุกฺขา ปมุญฺจนฺตุ สพฺเพ สตฺตา อตฺตภาวปริยาปนฺนา ทุกฺขา ปมุญฺจนฺตุ” ๓ ที

๓. บริกรรมในใจว่า “สพฺเพ สตฺตา ทุกฺขา ปมุญฺจนฺตุ” ไปเรื่อย ๆ

การภาวนามุทิตาพรหมวิหาร

๑. หาสถานที่อันสงัด

๒. นั่งให้เหมาะสม หลับตา งับปาก ระลึกในใจถึงพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก จากนั้นระลึกในใจว่า “สพฺเพ สตฺตา ลทฺธสมฺปตฺติโต มา วิคตา โหนฺตุ ภิยฺโย สุขี โหนฺตุ” ๓ ที

๓. บริกรรมในใจว่า “สพฺเพ สตฺตา ลทฺธสมฺปตฺติโต มา วิคตา โหนฺตุ” ไปเรื่อย ๆ

การภาวนาอุเปกขาพรหมวิหาร

๑. หาสถานที่อันสงัด

๒. นั่งให้เหมาะสม หลับตา งับปาก ระลึกในใจถึงพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก จากนั้นระลึกในใจว่า “สพฺเพ สตฺตา กสฺส รุจิยา สุขี วา ทุกฺขา มุญฺเจยฺยุํ สพฺเพ สตฺตา กมฺมสกา กมฺมทายาทา กมฺมพนฺธุ กมฺมปฏิสรณา” ๓ ที

๓. บริกรรมในใจว่า "สพฺเพ สตฺตา กมฺมสกา" ไปเรื่อย ๆ

๓) การภาวนาอาหารปฏิกุลสัญญากัมมัฏฐาน

๑. หาสถานที่อันสงัด

๒. นั่งให้เหมาะสม หลับตา งับปาก ระลึกในใจถึงพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก จากนั้นระลึกในใจว่า "อโห วต โภ อยเมว อาหาโร ปุคฺคเลน ปริภุตฺโต เหฏฺฐิมทนฺโต อุทุกฺขโล วิย อุปริทนฺโต มุสโล วิย จุณฺณวิจุณฺณํ กตฺวา อชฺโฌหริมาโน ปฏิกูโล วจฺจกุฏฺฐิ วิย โหติ" ๓ ที

๓. บริกรรมในใจว่า "อโห วต โภ อาหาโร ปฏิกูโล" ไปเรื่อย ๆ

๔) การภาวนาจตุธาตุววัตถานกัมมัฏฐาน

๑. หาสถานที่อันสงัด

๒. นั่งให้เหมาะสม หลับตา งับปาก ระลึกในใจถึงพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก จากนั้นระลึกในใจว่า "อตฺถิ อิมสฺมึ กาเย ปถวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ ถทฺธกาโร ปถวีธาตุ โทรวนากาโร อาโปธาตุ อุณฺหากาโร เตโชธาตุ อีสรณากาโร วาโยธาตุ กกฺขฬลกฺขณา ปถวีธาตุ อาพนฺธนลกฺขณา อาโปธาตุ ปริปาจนลกฺขณา เตโชธาตุ วิถมฺภนลกฺขณา วาโยธาตูติ ฯ"

๓. บริกรรมในใจว่า "อตฺถิ อิมสฺมึ กาเย ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ" ไปเรื่อยๆ

๕) การภาวนาปถมอรูปฌาน ทุติยอรูปฌาน ตติยอรูปฌาน จตุตถอรูปฌานกัมมัฏฐาน

ปถมอรูปฌาน ให้ถือเอาอากาศในปฏิภาคนิมิต ปถวีกสิณ เป็นอารมณ์ และตั้งสติไว้ในอากาศนั้น จากนั้นบริกรรมในใจว่า "อากาโส อนนฺโต อากาโส อนนฺโต" ไปเรื่อย ๆ

ทุติยอรูปฌาน ให้ถือเอาปถมอรูปวิญญาณเป็นอารมณ์ จากนั้นบริกรรมในใจว่า "วิญฺญาณํ อนนฺตํ วิญฺญาณํ อนนฺตํ" ไปเรื่อย ๆ

ตติยอรูปฌาน ให้ถือเอานัตถิภาวะแห่งปถมอรูปเป็นอารมณ์ จากนั้นบริกรรมในใจว่า "นตฺถิ กิญฺจิ นตฺถิ กิญฺจิ" ไปเรื่อย ๆ

จตุตถอรูปฌาน ให้ถือเอาตติยอรูปเป็นอารมณ์ จากนั้นบริกรรมในใจว่า "สนฺตเมตํ ปณีตเมตํ" ไปเรื่อย ๆ

๔.๒.๒ วิธีการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

๑. ขอขมาพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก (พิธีขอขมาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ พระกัมมัฏฐาน และครูบาอาจารย์ผู้ให้กัมมัฏฐาน)

๒. หาสถานที่อันสงัดจากอารมณ์(อื่น ๆ)

๓. นั่งขัดสมาธิ ตั้งจิตอธิษฐานมอบตนแก่พระพุทธเจ้าว่า "อิมาหํ ภนฺเต ภควา อตฺตภาวํ สชีวิตํ ตุมฺหากํ สพฺพพุทฺธานํ ปริจฺจชามิ นิยฺยาเทมิ" ๓ ครั้ง

๔. นั่งขัดสมาธิเพ็ชร ดังบทว่า “พัพพะแนงเชิงไขว้เกล้าเอาแม่ตีนกล้ำซ้ายซอนเข้าน่องกล้ำขวา” ตั้งตัวให้ตรง หลับตาปิดปาก มือขวาทับมือซ้ายวางไว้บนหน้าตัก ผูกสติไว้ในกัมมัฏฐาน อธิษฐานในใจว่า “โย พุทฺธเสฏฺโฐ วรธมฺมราชา เชตวฺาน มารํ สคฺคนํ อเสสํ ปตฺโตว โพธิตรุราชมุลฺเลตํ พุทฺธเสฏฺฐํ สิรสา นมามิ ฯ อปฺปมาโณ พุทฺโธ อปฺปมาโณ ธมฺโม อปฺปมาโณ สงฺโฆ พระพุทธเจ้ามีคุณอันหาผะหมานบ่ได้ พระนวโลกุตตรธัมม์ แล ปริยัตติธัมม์มีคุณอันมากบ่อาดจักนับได้ พระสังฆเจ้าก็ทรงคุณอันมากหาผะหมานบ่ได้แท้แล ฯ พุทฺโธ เม นาโถ พระพุทธเจ้าตนถรัสรู้จตุราริยสัจจธัมม์เปนที่เพิ่งแก่ข้า ฯลฯ กมฺมฏฺฐานทายกาจริโย เม นาโถ อาจารย์เจ้าสอนธัมม์กัมมัฏฐานทังมวรเปนที่เพิ่งแก่ข้า เพื่อหื้อหายอัชฌัตตพหิทธาอนตรายทังมวรแท้ดีหลีแล ผู้ข้าจักภาวนาวิปัสสนากัมมัฏฐานเจ้า เพื่อหื้อเสี้ยงทุกข์สุดทุกข์แห่งข้า ทิฏฺฐิวิสุทฺธิญาณกงฺขาวิตรณวิสุทธิญาณแลวิปัสสนาญาณทังหลาย ๑๐ ดวงอันผะเสริฐ มีสัมมสนญาณเปนต้นจุ่งเกิดเปนไปในกายจิตแห่งข้าในอิริยาบถอันนี้แท้ดีหลีเทอะ ฯ” หรือว่าอย่างสั้น “ผู้ข้าจักภาวนาวิปัสสนากัมมัฏฐานเจ้า เพื่อให้สิ้นทุกข์สุดทุกข์แห่งข้า ทิฏฺฐิวิสุทฺธิญาณ กงฺขาวิตรณวิสุทธิญาณ และวิปัสสนาญาณทั้งหลาย ๑๐ ดวงอันประเสริฐ มีสัมมสนญาณเป็นต้นจงเกิดเป็นไปในกายจิตแห่งข้าในอิริยาบถนี้”

๕. จากนั้น พิจารณาส่วนของร่างกาย ไล่ไปตามอาการ ๓๒ ให้เห็นว่า ส่วนทั้งหมด(อาการ ๓๒ อย่าง) นี้รวมกันเข้าเป็นเพียงกองสังขาร (กองเดียว) กองธาตุ ๔๒ ปราศจากสัตว์บุคคล เป็นเพียงอุปาทานขันธ์ ๕, อายตนะ ๑๒, ธาตุ ๑๘, สรุปเป็นเพียงนามและรูป ๒ ประการ เรียกว่า กองสังขารธรรมอันเดียว

๑) การพิจารณาลักษณะของรูปและนาม และการภาวนาทิฏฐิวิสุทธิ

ลักษณะของรูปธรรม “(วิโรธปจฺจเยน) รูปนลกฺขณํ” มีการแตกทำลายไปด้วยวิรุทธปัจจัย มีความเย็นและร้อนเป็นต้นเป็นลักษณะ ลักษณะของนามธรรม ได้แก่ “นมนลกฺขณํ” มีการน้อมไปสู่อารมณ์อย่างรวดเร็ว เป็นลักขณะ รูปและนามทั้ง ๒ อาศัยซึ่งกันจึงทำให้กิจกรรม และการเคลื่อนไหวอิริยาบถเป็นไปได้ “ปงฺคุลนฺธสทิสํ” เป็นดุจคนง่อยเปลี้ยและคนตาบอด(สองคน) อาศัยกันและกันสัญจรไปมาได้สำเร็จ มีคำภาวนาว่า “รูปนลกฺขณํ รูปํ นมนลกฺขณํ นามํ” การกำหนดรู้ลักษณะรูปนามเช่นนี้ เป็นการภาวนาทิฏฐิวิสุทธิ

๒) การภาวนากังขาวิตรณวิสุทธิ

ต่อจากนั้น ให้ภาวนากังขาวิตรณวิสุทธิต่อไป บทว่า “อเหตุกํ อปจฺจยํ อิมํ นามรูปํ นุปฺปชฺชติ นปฺปวตติ ฯ สเหตุกํ ปน สปจฺจยํ นามรูปํ อุปฺปชฺชติ ปวตติ ฯ อวิชฺชา ตณฺหา อุปาทาน กมฺมเหตุปจฺจยํ ฯ กมฺม จิตฺต อุตุ อาหาร ปจฺจยํ ปวตฺติ รูปํ” พร้อมทั้งบริกรรมว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ ที มีคำภาวนาว่า “สเหตุกํ สปจฺจยํ นามรูปํ สเหตุกํ สปจฺจยํ นามรูปํ” เป็นการภาวนากังขาวิตรณวิสุทธิ

๓) การภาวนาวิปัสสนาญาณ

เมื่อภาวนากังขาวิตรณวิสุทธิแล้ว ให้ยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาญาณ พิจารณารูปนาม ให้เห็นลักษณะ ๓ ประการ คือ เป็นอนิจจัง ไม่เที่ยงแท้ เกิดดับทุกขณะ เป็นทุกข์ เป็นภัย ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ และเป็นอนัตตา ความไม่มีตัวตน แก่นสารที่ยั่งยืน พระนิพพานเท่านั้น มีสภาวะยั่งยืน และสงบ และให้ใส่ใจบริกรรม ตามภาษาบาลี ดังนี้ "ยงฺกิญฺจิ นามรูปํ อตีตํ วา ปจฺจุปนฺนํ วา อนาคตํ วา อชฺฌตฺตํ วา พหิทฺธา วา โอฬาริกํ วา สุขุมํ วา หีนํ วา ปณีตํ วา ยํ ทุเร วา สนฺติเก วา สพฺพนฺตํ นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน หุตฺวา อภาวตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ สพฺพนฺตํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน อภิณฺหํ อุทฺทยวยปฏิปิฬนฏฺเฐน สุขํ วต นิพฺพานํ สพฺพนฺตํ นามรูปํ อนตฺตา อตฺตโน สนฺตกา อวสวตนฏฺเฐน อสสารกฏฺเฐน สารํ วต นิพฺพานํ"

"นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน" ว่า ๓ ที และหากจะพิจารณาปลงสังเวชบทใด ให้พิจารณาบทนั้น คำภาวนาสำหรับพิจารณาไตรลักษณะสั้น ๆ ว่าดังนี้

อนิจจภาวนา "นามรูปํ อนิจฺจํ นามรูปํ อนิจฺจํ"

ทุกขภาวนา "นามรูปํ ทุกฺขํ นามรูปํ ทุกฺขํ"

อนัตตาภาวนา "นามรูปํ อนตฺตา นามรูปํ อนตฺตา"

๔) การภาวนาวิปัสสนาสัมมสนญาณ

แบ่งเป็น ๓ ลักขณะ คือ อนิจจลักขณะ ทุกขานุปัสสนาลักขณะ และอนัตตาลักขณะ ดังนี้

๑. หากผู้ปฏิบัติเป็นคฤหัสถ์ ให้สมาทานศีลเสียก่อน หากเป็นภิกษุ ให้ฟังปาฏิโมกข์เสียก่อน

๒. จัดเตรียมข้าวตอกดอกไม้ ธูป เทียน ๑๐ คู่ ขอขมาพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก

๓. การภาวนาทั้ง ๓ ลักขณะ อันมีอนิจจลักขณะ เป็นเบื้องต้น ให้หาสถานที่อันสงัดจากอารมณ์อื่น ๆ นั่งขัดสมาธิ ตั้งตัวให้ตรง ผูกสติไว้ในกัมมัฏฐานนมสิการ ระลึกถึงพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก บทว่า "พุทฺโธ เม นาโถ ธมฺโม เม นาโถ สงฺโฆ เม นาโถ กมฺมฏฺฐานํ เม นาถํ กมฺมฏฺฐานทายกาจริโย เม นาโถ" แล้วให้ภาวนาพุทธคุณพอให้ได้ปีติสมาธิแล้ววางไว้ นมสิการถึงพระแก้วเจ้า ๕ จำพวกเป็นที่พึ่งที่ระลึกถึง จากนั้นภาวนาเมตตาพรหมวิหารให้ได้ปีติสมาธิแล้ววางไว้ นมสิการถึงพระแก้วเจ้า ๕ จำพวกเป็นที่พึ่งที่ระลึกถึง แล้วว่า "ข้าจักขอภาวนาวิปัสสนาอันผะเสริฐ จักเอาผะหยาพระพุทธเจ้าดวงชื่อว่าสัมมสนญาณนั้นตวงได้แท้ดีหลี ถราบใดบได้แม่นชิ้นข้าบกเลือดข้าแห้ง เท่ายังหลอแต่เอนอันคราดหนังแบดูกข้างอยู่อั้นก็ดี ข้าก็จักภาวนาวิปัสสนาเจ้าเอาผะหยาพระพุทธเจ้าดวงชื่อว่าสัมมสนญาณเจ้านั้นตวงได้แท้ดีหลี ขอจุ่งวุฒิแก่ข้าเทอะ ฯ" จากนั้นบริกรรมว่า "นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ที ฯ แล้วจึงบริกรรมว่า "นามรูปํ อนิจฺจํ" ไปเรื่อย ๆ ภาวนาอนิจจลักขณะ จนกว่าได้นิพพิทาญาณ สันติปทญาณ หากยังไม่เกิดขึ้นภายในช่วง ๑ เดือน ๒ เดือน ก็ให้ภาวนาอนิจจลักขณะ รำพึงถึงสิ่งที่ไม่เที่ยง ๕ อย่างนั้น

การภาวนาทุกขานุปัสสนาลักขณะ ให้ปฏิบัติบูชาเช่นเดียวกันกับอนิจจลักขณะ ให้ระลึกว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยฏฺเฐน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยฏฺเฐน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกฏฺเฐน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ ที แล้วจึงบริกรรมว่า “นามรูปํ ทุกฺขํ” ไปเรื่อย ๆ หากนิพพิทาญาณยังไม่เกิดในเดือนหนึ่งก็ดี ๒ เดือนก็ดี ก็อย่าได้ถอยความเพียรนั้น ให้เจริญไปเรื่อย ๆ

การภาวนาอนัตตาลักขณะ ให้ปฏิบัติบูชาเช่นเดียวกันกับอนิจจลักขณะ ให้ระลึกว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยฏฺเฐน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยฏฺเฐน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกฏฺเฐน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ ที แล้วจึงบริกรรมว่า “นามรูปํ อนตฺตา” ไปเรื่อย ๆ หากนิพพิทาญาณยังไม่เกิดในเดือนหนึ่งก็ดี ๒ เดือนก็ดี ก็อย่าได้ถอยความเพียรนั้น ให้เจริญไปเรื่อย ๆ

๕) การภาวนาวิปัสสนาอุทยวยญาณ

อันเปนที่เกิดแห่งอุปกิเลส ๑๐ จำพวก ได้แก่ โอภาโส ปีติ ปสฺสทฺธิ อธิโมกฺโข ปคฺคโห สุขํ ญาณํ อุปฏฺฐานํ อุเปกฺขา จ นิกฺกนฺติ จ ดังนี้

๑) โอภาส ได้แก่ แสงสว่าง คือ รัสมีอันปรากฏแจ้งรุ่งเรืองต่าง ๆ เกิดแต่วิปัสสนาจิตตุบาท เห็นแจ้งในญาณ บางทีลืมตาอยู่ก็ยังเห็นได้

๒) ปีติ ความอิ่มใจ มี ๕ ประการ (๑) ขุททกาปีติ โลมหํสญฺจ เกิดขนสยอง เส้นขนลุกเยือก ๆ (๒) ขณิกาปีติ เกิดพอมีความยินดีแว้บเดียวแล้วหายไป ดังสายฟ้าแลบ (๓) โอกฺกนฺติกาปีติ ยินดีพอซาบทั่วตนทั้งมวล ยินดีชื่นบานใจมากนัก เป็นดังระลอกคลื่นมหาสมุทรที่สาดซัดฝั่งเป็นระยะ (๔) อุพฺเพงฺคาปีติ ความยินดีมีกำลังขึ้นมากนัก พอให้ตนลอยไปในอากาสได้ทีเดียว และ (๕) ผรณาปีติ ความยินดีซาบทั่วตนทุกแห่ง เกิดความสุขสำราญบานใจหาที่อันจักเปรียบเทียมได้

๓) ปสฺสทฺธิ ความสงบ ๒ ประการ คือ กายปัสสัทธิ จิตตปัสสัทธิ และธัมมยุคคละอีก ๕ คือ กายลหุตา จิตตลหุตา กายมุทุตา จิตตมุทุตา กายกัมมัญญตา จิตตกัมมัญญตา กายปาคุญญตา จิตตปาคุญญตา กายอุชุกตา จิตตอุชุกตา ก็เกิดขึ้นมาพร้อมกัน (โปรดดูคำอธิบายชุดธรรมคู่ที่กล่าวมาในผูกก่อน ๆ)

๔) อธิโมกฺโข คือ สัทธาปสาทอันมีกำลังมากกว่าทุกวัน

๕) ปคฺคโห คือ ความเพียรอันเสมอดีนัก ในวันนั้นพอใจในกัมมัฏฐานมากกว่าทุกวัน

๖) สุขํ คือ ความสุขอันประณีต ที่ไม่เคยได้พบมาก่อน

๗) ญาณํ คือ วิปัสสนาญาณ ยามนั้นหากกล้า หากมีผลมากนัก พิจารณาสังขารธรรมลักขณะก็ปรากฏ เห็นแจ้งไตรลักษณ์ประจักษ์ชัดกว่าทุกวัน

๘) อุปฏฺฐานํ คือ สติอันกล้าคมนัก อาจระลึกรู้กิจที่ทำแล้วสิ้นกาลนานเป็นอเนกชาติก็ได้

๙) อุเปกขา คือ การตั้งอยู่ด้วยอาการไม่ยินดียินร้ายไม่รักไม่ชังในสัตว์และสังขารธรรมทั้งภายในและภายนอก

๑๐) นิกฺกนฺติ คือ ตัณหาอันละเอียดนัก อันเกิดเป็นด้วยความรักยินดีในกัมมัฏฐานมากในวันนั้น มีความสุขสำราญบานใจนัก จะให้นั่งภาวนาตลอดคืนยันรุ่ง ตลอดวันยันค่ำก็ได้ ไม่รู้สึกเหนื่อยหน่ายต่อกัมมัฏฐาน

วิธีการปฏิบัติวิปัสสนาอุทยวยญาณ แบ่งเป็น อุทยวยอนิจจานุปัสสนา อุทยวยทุกขานุปัสสนา และอุทยวยอนัตตานุปัสสนา ดังนี้

๑. ขอขมาพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก

๒. การภาวนาทั้ง ๓ อันมีอุทยวยอนิจจานุปัสสนา เป็นเบื้องต้น ให้หาสถานที่อันสงัดนั่งให้เหมาะสม หลับตา งับปาก ยกลิ้นไว้กับเหงือกด้านบนแนบแน่น ระลึกในใจถึงพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก แล้วภาวนาพุทธคุณพอให้ได้ปีติสมาธิแล้ววางไว้ นมสิการถึงพระแก้วเจ้า ๕ จำพวกเป็นที่พึ่งที่ระลึกถึง ตั้งไว้ในใจว่า “ข้าจักขอภาวนาวิปัสสนาอันผะเสริฐ ขอเอาผะหยาพระพุทธเจ้าดวงชื่อว่าอุทยวยญาณเจ้า ในอิริยาบถอันข้านั่งนี้เปนต้น ถราบใดบ่ได้ผะหยาดวงชื่อว่าอุทยวยญาณเจ้านั้นข้าจักภาวนาไจ้ ๆ แม่นชิ้นบกเลือดแห้งก็ดี เท่ายังหลอแต่เอนคาดหนังแบดูกไว้ดั่งอั้นก็ดี ข้าก็จักภาวนาวิปัสสนาเจ้า เอาผะหยาพระพุทธเจ้าดวงชื่อว่าอุทยวยญาณ อันร่ำเพิงหันยังนามรูปอันรู้เกิดมาแล้วแลตาย ตายไปแล้วแลพ้อยเกิดเล่านี้แท้ดีหลี ขอจุ่งหื้อวุฒิแก่ข้าพันนักเพื่อหื้อได้เสี้ยงทุกข์สุดทุกข์แก่ข้าดีหลีเทอะ ฯ” จากนั้นให้ระลึกว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน สาธุ นิจฺจํ วต นิพฺพานํ ฯ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สาธุ สุขํ วต นิพฺพานํ ฯ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ ที แล้วจึงบริกรรมว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ” ไปเรื่อย ๆ

การภาวนาอุทยวยทุกขานุปัสสนา ให้ระลึกว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ ที แล้วจึงบริกรรมว่า “นามรูปํ ทุกฺขํ” ไปเรื่อย ๆ หากนิพพิทาญาณยังไม่เกิดในเดือนหนึ่งก็ดี ๒ เดือนก็ดีก็อย่าได้ถอยความเพียรนั้น ให้เจริญไปเรื่อย ๆ

การภาวนาอุทยวยอนัตตานุปัสสนา ให้ระลึกว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ ที แล้วจึงบริกรรมว่า “นามรูปํ อนตฺตา” ไปเรื่อย ๆ

๖) การภาวนาภังคญาณ

ผู้ปฏิบัติที่ปรารถนาภังคญาณ ให้พิจารณานามรูปตามไตรลักษณ์ นับแต่ อนิจจา ความไม่เที่ยง ถึง อนัตตา ความไม่มีตัวตน มีคำภาวนาว่าดังนี้

ภังคญาณังอนิจจัง คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ อนิจฺจํ” ไปเรื่อย ๆ

ภังคญาณังทุกขัง คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ ทุกฺขํ” ไปเรื่อย ๆ

ภังคญาณังอนัตตา คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ อนตฺตา” ไปเรื่อย ๆ

๗) การภาวนาภยญาณ

ผู้ปฏิบัติที่ปรารถนาภยญาณ ให้พิจารณานามรูปตามไตรลักษณ์ นับแต่ อนิจจา ความไม่เที่ยง ถึง อนัตตา ความไม่มีตัวตน มีคำภาวนาว่าดังนี้

ภยญาณังอนิจจัง คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ อนิจฺจํ” ไปเรื่อย ๆ

ภยญาณังทุกขัง คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ ทุกฺขํ” ไปเรื่อย ๆ

ภยญาณังอนัตตา คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ อนตฺตา” ไปเรื่อย ๆ

๘) การภาวนาอาทีนวญาณ

ผู้ปฏิบัติที่ปรารถนาอาทีนวญาณ ให้พิจารณานามรูปตามไตรลักษณ์ นับแต่ อนิจจา ความไม่เที่ยง ถึง อนัตตา ความไม่มีตัวตน มีคำภาวนาว่าดังนี้

อาทีนวญาณังอนิจจัง คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ อนิจฺจํ” ไปเรื่อย ๆ

อาทีนวญาณังทุกขัง คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ ทุกฺขํ” ไปเรื่อย ๆ

อาทีนวญาณังอนัตตา คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ อนตฺตา” ไปเรื่อย ๆ

๙) การภาวนานิพพิทาญาณ

ผู้ปฏิบัติที่ปรารถนานิพพิทาญาณ ให้พิจารณานามรูปตามไตรลักษณ์ นับแต่ อนิจจา ความไม่เที่ยง ถึง อนัตตา ความไม่มีตัวตน มีคำภาวนาว่าดังนี้

นิพพิทาญาณังอนิจจัง คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ อนิจฺจํ” ไปเรื่อย ๆ

นิพพิทาญาณังทุกขัง คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ”๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ ทุกฺขํ” ไปเรื่อย ๆ

นิพพิทาญาณังอนัตตา คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ อนตฺตา” ไปเรื่อย ๆ

๑๐) การภาวนามุญจิตุกัมยตาญาณ

ผู้ปฏิบัติที่ปรารถนามุญจิตุกัมยตาญาณ ให้พิจารณานามรูปตามไตรลักษณ์ นับแต่ อนิจจา ความไม่เที่ยง ถึง อนัตตา ความไม่มีตัวตน มีคำภาวนาว่าดังนี้

มุญจิตุกัมยตาญาณังอนิจจัง คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ อนิจฺจํ” ไปเรื่อย ๆ

มุญจิตุกัมยตาญาณังทุกขัง คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นาม รูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ ทุกฺขํ” ไปเรื่อย ๆ

มุญจิตุกัมยตาญาณังอนัตตา คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ อนตฺตา” ไปเรื่อย ๆ

๑๑) การภาวนาปฏิสังขาญาณ

ผู้ปฏิบัติที่ปรารถนาปฏิสังขาญาณ ให้พิจารณานามรูปตามไตรลักษณ์ นับแต่ อนิจจา ความไม่เที่ยง ถึง อนัตตา ความไม่มีตัวตน มีคำภาวนาว่าดังนี้

ปฏิสังขาญาณังอนิจจัง คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ อนิจฺจํ” ไปเรื่อย ๆ

ปฏิสังขาญาณังทุกขัง คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ ทุกฺขํ” ไปเรื่อย ๆ

ปฏิสังขาญาณังอนัตตา คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ อนตฺตา” ไปเรื่อย ๆ

๑๒) การภาวนาสังขารุเปกขาญาณ

ผู้ปฏิบัติที่ปรารถนาสังขารุเปกขาญาณ ให้พิจารณานามรูปตามไตรลักษณ์ นับแต่ อนิจจา ความไม่เที่ยง ถึง อนัตตา ความไม่มีตัวตน มีคำภาวนาว่าดังนี้

สังขารุเปกขาญาณังอนิจจัง คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ อนิจฺจํ” ไปเรื่อย ๆ

สังขารุเปกขาญาณังทุกขัง คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ ทุกฺขํ” ไปเรื่อย ๆ

สังขารุเปกขาญาณังอนัตตา คำภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเถน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สารํ วต นิพฺพานํ” ๓ หน แล้วบริกรรม “นามรูปํ อนตฺตา” ไปเรื่อย ๆ

ครั้นสังขารุเปกขาญาณเกิดในสันดานของผู้ปฏิบัติ ก็จะเป็นปัจจัยแก่อนุโลมญาณ ต่อไป

๑๓) อนุโลมญาณ

ผู้ปฏิบัติที่ภาวนาลักขณะทั้ง ๓ คือ อนิจจลักขณะ ทุกขลักขณะ อนัตตาลักขณะ ปรารถนาได้วิปัสสนาญาณ ๙ ตั้งแต่อุทยวยญาณ จนถึงสังขารุเปกขาญาณ ด้วยการบริกรรมว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ก็ดี นามรูปํ ทุกฺขํ ก็ดี นามรูปํ อนตฺตา ก็ดี สมถสมาธิเกิดตั้งแต่ภาวนาพุทธคุณเมตตาก็ดี เกิดความซาบซ่านตั้งแต่หัวถึงเท้า เกิดเป็นโลกิยสมาธิ และเจริญขึ้นเป็นโลกุตตรสมาธิ เมื่อนั้น สังขารุเปกขาญาณได้เกิดขึ้นอย่างมั่นคงแล้ว เป็นปัจจัยให้เกิดอนุโลมญาณ อนุโลมญาณแก่กล้า ก็เป็นปัจจัยให้เกิดโคตรภูญาณ และมัคคญาณเกิดขึ้นตามมา สภาวธรรมขั้นโลกุตระนี้ ไม่กลับกลายแปรเปลี่ยนเสื่อมถอย ตราบเข้าสู่ขันธะปรินิพพาน

สมาธิธัมม์อีกอย่างหนึ่งคือ ผู้ปฏิบัติหากยังเจริญภาวนาไปเรื่อย ๆ สมาธิเกิดแรงขึ้นจนร่างกายไม่ไหวติง แต่ยังเกิดความสว่างแจ้งอยู่ในจิต รู้คุณแห่งนิพพานและยินดีกับนิพพานนั้น ไม่ยึดเอาสังขารเป็นอารมณ์ สภาวะนี้อาจเรียกได้ว่า เป็นสมาบัติ ให้ภาวนาแต่พุทธคุณ เมตตา และวิปัสสนา เมื่อสมาธิเกิดให้อธิษฐานเข้าโสดาปัตติมรรค การเข้าโสดาปัตติผล เมื่อผู้ปฏิบัติได้มัคค์ด้วยอนิจจานุปัสสนา ให้ภาวนาว่า “นามรูปํ อนิจฺจํ” เมื่อเกิดเป็นสมาธิ ให้อธิษฐานเข้าโสดาปัตติมัคค์ว่า “ข้าจักเข้าโสตามัคคะในที่อันข้านั่งนี้ ข้าจักอยู่ผะหมานเคี้ยวหมากจืดคำหนึ่งแล้ว ข้าจักออกชะแล ขอจุ่งหื้อวุฒิแก่ข้าตวงนักเทอะ นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ” ๓ ทีแล้วก็เจริญสติอยู่ พอถึงเวลาก็ค่อยผ่อนคลายออกจากสมาธิ ในส่วนของทุกขานุปัสสนาและอนัตตานุปัสสนานั้น ก็ทำเช่นเดียวกันนี้

๔.๒.๓) การเดินจงกรม

การเดินจงกรม แบ่งเป็น ๒ ลักษณะคือ วิธีการเดินจงกรมน้อย และวิธีการเดินจงกรมใหญ่ ดังนี้

๑. วิธีการเดินจงกรมน้อย

ทางสำหรับเดินจงกรมขนาดเล็ก มีความยาว ๑๕ วา หรือมากกว่านั้นก็ได้ ความกว้าง ๑ คืบ ๘ นิ้วมือขวาง ก่อนจะเดินจงกรม ให้ผู้ปฏิบัติอาบน้ำชำระตนให้สะอาดเสียก่อน เมื่อจะเริ่มเดินจงกรม จงบูชาพระแก้วเจ้าทั้ง ๕ จำพวก ด้วยเครื่องสักการะมีข้าวตอกดอกไม้ ๕ โกฐาก และขอขมากราบ ๓ หน ตั้ง นโม ๓ จบ แล้วกล่าวบทสวดเป็นลำดับต่อไปนี้

- กล่าวไตรสรณคมน์ ๓ จบ แล้วว่า “พุทฺธํ ชีวิตํ ยาว นิพฺพานํ สรณํ คจฺฉามิ” ๓ หน ทั้ง ๓ บั้น (ธมฺมํ ชีวิตํ ยาว นิพฺพานํ สรณํ คจฺฉามิ, สงฺฆํ ชีวิตํ ยาว นิพฺพานํ สรณํ คจฺฉามิ)

- “นมามิ พุทฺธํ คุณสาครนฺตํ นมามิ ธมฺมํ มุนิราชเทสิตํ นมามิ สงฺฆํ มุนิราช สาวกํ นมามิ กมฺมฏฺฐานํ นิยฺยานิกํ นมามิ กมฺมฏฺฐานทายกาจริยํ คุณาติเรกํ”

- สวดบูชาพุทธคุณ ธรรมคุณ สังฆคุณ บทว่า “อิติปิ โส ภะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ วิชชาจะระณะสัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ สัตถาเทวะมะนุสสานัง พุทโธ ภะคะวาติฯ สะวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม สันทิฏฐิโก อะกาลิโก เอหิปัสสิโก โอปะนะยิโก ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิติฯ สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ อุชุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ ญายะปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ สามีจิปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ ยะทิทัง จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา เอสะ ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ อาหุเนยโย ปาหุเนยโย ทักขิเณยโย อัญชะลีกะระณีโย อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสาติฯ”

- สวดพุทธอุทานคาถา ว่า “อเนกชาติสํสารํ สนฺธาวิสฺสํ อนิพฺพิสํ คหการกํ คเวสนฺโต ทุกฺขา ชาติ ปุนปฺปุนํ คหการก ทิฏฺโฐสิ ปุน เคหํ น กาหสิ สพฺพา เต ผาสุกา ภคฺคา คหกูฏํ วิสงฺขตํ วิสงฺขารคตํ จิตฺตํ ตณฺหานํ ขยมชฺฌคา”

จากนั้นให้บูชาที่จงกรม ๓ แห่ง คือ ที่ ด้านหัว ด้านกลาง และด้านท้าย พร้อมอธิษฐานดิน (ที่จงกรม) ว่า “อิมํ ปถวียํ อทิฏฺฐามิ” ๓ หน และอธิษฐานการปฏิบัติจงกรมว่า “อิมํ จงฺกมํ อทิฏฺฐามิ” ๓ หน แล้วลุกเดินไปเดิน พร้อมกับบริกรรมว่า “ม อ อุ สิวํ ภุมฺมํ ม ทุกฺขํ อ อนิจฺจํ อุ อนตฺตา พุทฺโธ จงฺกมํ เสฏฺฐํ ธมฺโม ปาปํ วินาสนฺตุ รูปขนฺโธ เวทนาขนฺโธ สญฺญาขนฺโธ สงฺขารขนฺโธ วิญฺญาณขนฺโธ อนิจฺโจ นิจฺจํ (นิพฺพานํ) ทุกฺโข สุขํ นิพฺพานํ, นิพฺพานํ ปรมํ สุขํ   อิติปิ อรหํ เตรส สงฺฆาทิเสสา ธมฺมา เทฺว อนิยตา ธมฺมา ตึส นิสฺสคฺคียา ปาจิตฺตียา ธมฺมา ทฺวานวุตฺติ ปาจิตฺตียา ธมฺมา จตฺตาโร ปาฏิเทสนิยา ธมฺมา ปญฺจสตฺตติ เสขิยา ธมฺมา สตฺตาธิกรณสมถา ธมฺมา สงฺขารวูปสโม ปรโม ชีวิตํ อธุวํ มรณํ ธุวํ รูปพุทฺโธ ธาตุ พุทฺโธ นิมิตฺตพุทฺโธ สุญฺโญ พุทฺโธ นิพฺพานปจฺจโย โหตุ นิพฺพานํ ปรมํ สุขํ” ว่าไปเรื่อย ๆ จนจะหยุดพักการเดินจงกรม

ถ้าจะปลงการจงกรม ให้ภาวนาว่า “อิมํ ปถวียํ นิกฺขิปามิ” ๓ หน “อิมํ จงฺกมํ นิกฺขิปามิ” ๓ หน ไหว้พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แล้วเดินออกจากที่จงกรมไป

๒. วิธีการเดินจงกรมใหญ่

กิจที่ต้องบำเพ็ญในเบื้องต้น ก็เป็นดังวิธีการเดินจงกรมน้อยทุกอย่าง เมื่อจะลงมือเดินจงกรมให้สมาทานดิน(ที่จงกรม) ว่า “อิมํ ปถวียํ อทิฏฺฐามิ” ๓ หน แล้วจึงอธิษฐานจงกรมว่า “อิมํ จงฺกมํ สมาทิยามิ” ๓ หน

ครั้นเสร็จจากการอธิษฐานจงกรม และจะลุกขึ้นไปเดินจงกรม ให้ภาวนาว่า “พุทฺโธ จงฺกมํ เสฏฺฐํ ธมฺโม ปาปิ วินาสนฺตุ อโห สุขํ นิพฺพานํ อารมฺมณํ ภควา รูปขนฺโธ ทุกฺโข สุขํ นิพฺพานํ รูปขนฺโธ อนิจฺโจ นิจฺจํ นิพฺพานํ รูปขนฺโธ อนตฺตา ปรมฏฺฐสุญฺญํ นิพฺพานํ เวทนาขนฺโธ ทุกฺโข สุขํ นิพฺพานํ เวทนาขนฺโธ อนิจฺโจ นิจฺจํ นิพฺพานํ เวทนาขนฺโธ อนตฺตา ปรมฏฺฐสุญฺญํ นิพฺพานํ สญฺญาขนฺโธ ทุกฺโข สุขํ นิพฺพานํ สญฺญาขนฺโธ อนิจฺโจ นิจฺจํ นิพฺพานํ สญฺญาขนฺโธ อนตฺตา ปรมฏฺฐสุญฺญํ นิพฺพานํ สงฺขารขนฺโธ ทุกฺโข สุขํ นิพฺพานํ สงฺขารขนฺโธ อนิจฺโจ นิจฺจํ นิพฺพานํ สงฺขารขนฺโธ อนตฺตา ปรมฏฺฐสุญฺญํ นิพฺพานํ วิญฺญาณขนฺโธ ทุกฺโข สุขํ นิพฺพานํ วิญฺญาณขนฺโธ อนิจฺโจ นิจฺจํ นิพฺพานํ วิญฺญาณ ขนฺโธ อนตฺตา ปรมฏฺฐสุญฺญํ นิพฺพานํ โส ภควา อิติปิ อรหํ นิพฺพานํ ภควา สุคโต” ให้ภาวนา ๑๐๘ ครั้ง

เมื่อเดินจงกรมเสร็จแล้วให้ปลงว่า “อทาทิ อิมํ ปทิสนฺติ ยสฺส ติคติ ปนฺทุเว สุขสนฺตํ กโร เอโส นิพฺพานํ ปทํ ปจฺฉิสนฺติ” ว่า ๓ หน และอีกนัยหนึ่งว่า “ออาทิติ ปทํ ตานฺตํ ยสฺส ติฏฺฐติ ปณฺฑเร ทุกฺขสนฺตํ กโร เอโส นิพฺพานํ ปาปุณิสฺสนฺติ” ๓ หน ๗ หน

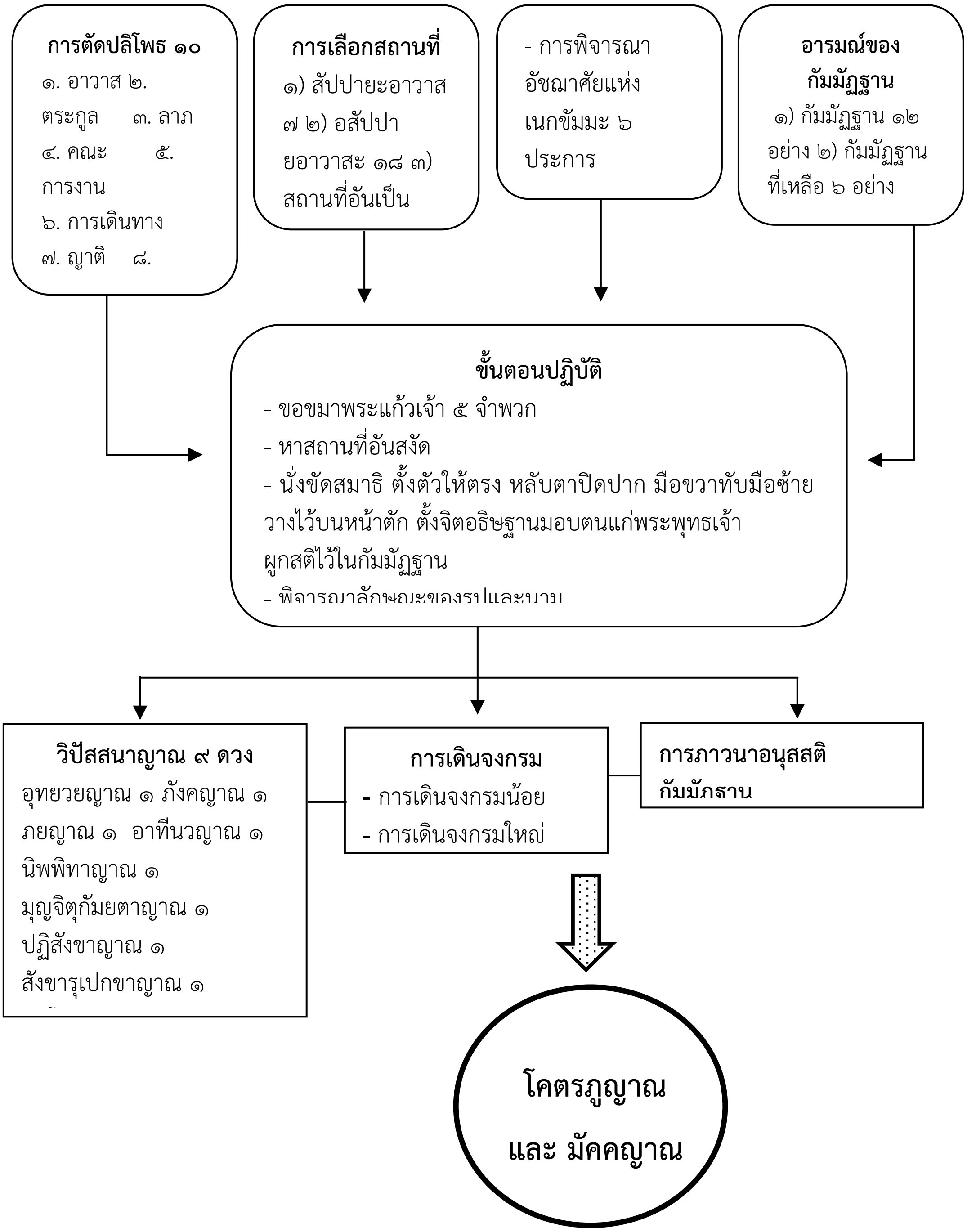
ในส่วนนี้ ได้มีการกล่าวถึงลักษณะสถานที่เดินจงกรมไว้ท้ายบทภาวนา ซึ่งต่างจากการกล่าวไว้ในส่วนของจงกรมน้อย ที่กล่าวไว้เบื้องแรกก่อนบทภาวนา คือ ที่จงกรมอันใหญ่ ขนาดยาว ๑๕ วา ให้ภาวนา ๑๕ วัน ๆ ละ ๑๕ รอบ ถ้าขนาดยาว ๔ วา เดิน ๘ วัน ๆ ละ ๗ รอบ

โดยสรุปแล้ว การศึกษาวิจัยเรื่อง รูปแบบและวิธีปฏิบัติกรรมฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ฉบับปริวรรต ของ ผศ.ดร.วิโรจน์ อินทนนท์ ยศพล เจริญมณี และขนานยี่ จันทร์ ได้ค้นพบรูปแบบและวิธีปฏิบัติกรรมฐานล้านนาที่มีความสำคัญและเป็นเอกลักษณ์เฉพาะอย่างหนึ่ง ซึ่งโดยส่วนใหญ่แล้ว รูปแบบและวิธีปฏิบัติกรรมฐานล้านนามีความคล้ายคลึงกันในขั้นตอนของการปฏิบัติโดยเริ่มตั้งแต่การกล่าวยอคุณพระรัตนตรัย การขอขมาแก้ว ๕ โกฐาก การตัดความห่วง การสลัดนิวรณ์ การเลือกสถานที่อันเหมาะสมในการปฏิบัติ เป็นต้น แต่จะมีความแตกต่างกันในเรื่องของคำบริกรรม ซึ่งในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก จะมีการภาวนาในหลายรูปแบบ ได้แก่ วิธีภาวนาอสุภะ ๑๐ วิธีภาวนาอนุสติ ๑๐ การภาวนาอานาปานัสสติ การภาวนาพรหมวิหาร ๔ การภาวนาอาหารปฏิกุลสัญญากัมมัฏฐาน การภาวนาจตุธาตุววัตถานกัมมัฏฐาน การภาวนาปถมอรูปฌาน การเจริญภาวนาพรหมวิหารธรรม มีการแผ่เมตตาให้ตนเองก่อนจากนั้นจึงแผ่เมตตาในสรรพสัตว์ การเจริญภาวนาทิฏฐิวิสุทธิ การเจริญกังขาวิตรณวิสุทธิญาณและวิปัสสนาญาณกัมมัฏฐาน การภาวนาวิปัสสนาอุทยวยญาณ แต่มีความพิเศษแตกต่างไปจากคัมภีร์กัมมัฏฐานอื่นๆ คือ มีการเสริมด้วยบทสวดบริกรรมยาวๆ การเดินจงกรม ซึ่งแบ่งเป็น ๒ ลักษณะคือ วิธีการเดินจงกรมน้อย และวิธีการเดินจงกรมใหญ่ และยังมีการบริกรรมภาวนาในขณะบิณฑบาต และคำภาวนาเบ็ดเตล็ด เช่น คำทักผ้าบังสุกุล คำอธิษฐานเอาผ้าบังสุกุล คาถาหยาดน้ำบังสุกุลให้ผู้ตาย คำภาวนาเมื่อชักผ้าบังสุกุล เป็นต้น และกล่าวถึงกถาวัตถุ และทานวัตถุ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า

คัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก เป็นคัมภีร์ที่ทรงคุณค่าแก่การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเป็นอย่างมาก เพราะมีความพร้อมในด้านข้อมูลการปฏิบัติ การใช้คำภาษาที่ผู้ปฏิบัติในยุคนี้เข้าใจได้เป็นส่วนใหญ่ (คนเมืองล้านนา หรือผู้ที่เข้าใจภาษาคำเมืองล้านนาเท่านั้น) แต่ถึงกระนั้น คัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก ยังมีเพียงแค่การปริวรรตจากอักษรธรรมล้านนา โดย ผศ.ดร.วิโรจน์ อินทนนท์ จากมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และการอธิบายขยายความจากการปริวรรต โดย ดร.พิสิฏฐ์ โคตรสุโพธิ์ จากมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เท่านั้น ยังไม่ได้มีการแปลความโดยสมบูรณ์ในภาษาไทยที่เข้าใจง่าย อย่างไรก็ตาม จากการศึกษาวิจัยนี้ได้ค้นพบรูปแบบและวิธีการปฏิบัติกรรมฐานล้านนาที่ค่อนข้างสมบูรณ์ ตามแบบฉบับของกัมมัฏฐานล้านนา

๔.๓ สรุปองค์ความรู้ที่ได้รับจากการวิจัย

จากการวิจัยเรื่อง “รูปแบบและวิธีปฏิบัติกรรมฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน” ผู้วิจัยได้สรุปองค์ความรู้ดังแสดงในแผนภาพที่ ๔.๑



แผนภาพที่ ๔.๑ สรุปองค์ความรู้จากการ

จากแผนภาพที่ ๔.๑ อธิบายได้ว่า รูปแบบและวิธีปฏิบัติกรรมฐานตามที่ปรากฎในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก เริ่มต้นจากการตัดปลิโพธ ๑๐ คือ อาวาส ตระกูล ลาภ คณะ การงาน การเดินทาง ญาติ อาพาธ การศึกษาปริยัติ และอิทธิฤทธิ์ จากนั้นจึงเลือกสถานที่ปฏิบัติด้วยหลัสัปปายะอาวาส ๗ อสัปปายอาวาสะ ๑๘ และพิจารณาสถานที่อันเป็นอาวาสที่ควรกระทำสมณธรรม ๖ และยังต้องพิจารณาอัชฌาศัยแห่งเนกขัมมะ ๖ ประการ และวิถีแห่งผู้ปฏิบัติ ๕ ประการ จากนั้นจึงเป็นการเรียนรู้อารมณ์ของกัมมัฏฐาน ได้แก่ กัมมัฏฐาน ๑๒ อย่าง กัมมัฏฐานที่เหลือ ๖ อย่าง และกัมมัฏฐาน ๒๒ รวมเป็น กรรมฐาน ๔๐ อย่าง จากนั้นจึงเข้าสู่ขั้นตอนการปฏิบัติ ดังนี้

- ขอขมาพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก

- หาสถานที่อันสงัด

- นั่งขัดสมาธิ ตั้งตัวให้ตรง หลับตาปิดปาก มือขวาทับมือซ้ายวางไว้บนหน้าตัก ตั้งจิตอธิษฐานมอบตนแก่พระพุทธเจ้า ผูกสติไว้ในกัมมัฏฐาน

- พิจารณาลักษณะของรูปและนาม

- เจริญกัมมัฏฐานตามลำดับ

ทั้งนี้เพื่อให้ได้วิปัสสนาญาณ ๙ ดวง คือ อุทยวยญาณ ๑ ภังคญาณ ๑ ภยญาณ ๑ อาทีนวญาณ ๑นิพพิทาญาณ ๑ มุญจิตุกัมยตาญาณ ๑ ปฏิสังขาญาณ ๑ สังขารุเปกขาญาณ ๑ และอนุโลมญาณ ๑ ในขณะนั้น อาจมีการปฏิบัติภาวนาอนุสสติกัมมัฏฐาน การภาวนาพรหมวิหารธรรม การเดินจงกรม ร่วมด้วย จนได้โคตรภูญาณ และ มัคคญาณ ในที่สุด

บทที่ ๕

สรุป และข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่อง รูปแบบและวิธีปฏิบัติกรรมฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน มีวัตถุประสงค์ในการวิจัย คือ ๑) เพื่อศึกษาแนวคิดและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา ๒) เพื่อศึกษารูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน และ ๓) เพื่อวิเคราะห์รูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยผู้วิจัยใช้วิธีการศึกษาวิเคราะห์เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลจากแหล่งข้อมูลปฐมภูมิและทุติยภูมิ ได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา คัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ฉบับปริวรรต ของ ผศ.ดร.วิโรจน์ อินทนนท์ ยศพล เจริญมณี และขนานยี่ จันทร์ เอกสาร งานวิจัย บทความ และสิ่งพิมพ์อื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดเกี่ยวกับการปฏิบัติกัมมัฏฐาน และนำเสนอผลการศึกษาวิเคราะห์ตามแบบพรรณนาวิเคราะห์

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

๕.๑.๑ รูปแบบและวิธีปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทธศาสนา

สรุปได้ว่า การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นการเรียนรู้ความจริงของชีวิต เพื่อแก้ปัญหาหรือความพ้นทุกข์ด้วยการสำรวจตัวเราเอง เพราะชีวิตนี้เต็มไปด้วยปัญหา เมื่อใดมนุษย์เข้าไปเรียนรู้ความจริงของชีวิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานก็จะรู้ว่า “ชีวิตนี้มีเพียงรูปกับนาม (กายกับจิต) เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัยในแต่ละขณะ ไม่มีบุคคล ตัวเรา ของเรา ไม่เที่ยงแท้แน่นอน ถูกบีบคั้น ไม่เป็นไปในอำนาจ” เมื่อนั้นก็จะเห็นตัวเราตามความเป็นจริงการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน หรือการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานี้ เป็นการปฏิบัติตามหลักธรรมในมหาสติปัฏฐานสูตร ได้แก่ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นการพิจารณาสภาวธรรมที่เป็นส่วนรูปกาย คือที่ประชุมแห่งรูปนาม การพินิจพิจารณาที่ประกอบด้วยความเพียรสัมปชัญญะและสติ เป็นวิธีที่ก่อให้เกิดปัญญา เห็นชีวิตตามความเป็นจริง กล่าวคือเป็นไปเองตามเหตุปัจจัย ส่วนการรู้เท่าทันเวทนาต่าง ๆ เรียกว่า เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จะเห็นได้ว่า เวทนาเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นกับกายและใจตลอดเวลา ทั้งที่เป็นสุขเวทนา เป็นทุกขเวทนาหรืออุเบกขาเวทนา สุขเวทนามีอามิส สุขเวทนาไม่มีอามิส ทุกขเวทนามีอามิส ทุกขเวทนาไม่มีอามิส และ อทุกขมสุขเวทนามีอามิสและไม่มีอามิส การที่ผู้ปฏิบัติสามารถรู้เท่าทันเวทนาดังกล่าวจะทำให้เกิดสมาธิ จิตไม่ฟุ้งซ่านเพื่อประโยชน์ในการเจริญวิปัสสนากรรมฐานให้รุดหน้าต่อไป จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นการพัฒนาสติขึ้นมาอีกระดับหนึ่งในการกำหนดจิตเพื่อพัฒนาตน ฝึกฝนอบรมตน

ยึดตนเป็นที่พึ่ง ไม่หวังพึ่งคนอื่น และธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นการปฏิบัติวิปัสสนาขั้นที่ ๔ และเป็นตัววินิจฉัยการปฏิบัติใน ๓ ข้อแรก เป็นหมวดที่สำคัญที่สุด คือการใช้สติปัญญาพิจารณาธรรม รู้เท่าทันสภาวธรรมทั้งหลาย คือ นิวรณ์ ๕ อุปาทานขันธ์ ๕ อายตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ และอริยสัจ ๔ โดยการพิจารณาธรรมทั้งภายในภายนอก พิจารณาธรรมเห็นความเกิดขึ้น และเห็นความเสื่อมในธรรมทั้งหลายตามความเป็นจริงของหลักไตรลักษณ์

รูปแบบและวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานในประเทศไทย พบว่า มีอยู่ ๕ สาย ได้แก่ ๑) สายธุดงค์ (พุทโธ) ๒) สายอานาปานสติ ๓) สายวิปัสสนากัมมัฏฐานแบบสติปัฏฐาน (ยุบหนอ พองหนอ) ๔) สายวิชชาธรรมกาย (สัมมาอรหัง) และ ๕) สายประยุกต์ โดยมีความนิยมปฏิบัติมากที่สุดคือกัมมัฏฐานสายพุทโธ คือ การทำกัมมัฏฐานด้วยวิธีที่ใช้คำบริกรรมว่า “พุทโธ” (หมายถึง ผู้รู้ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน) เป็นเบื้องต้น เพื่อให้เกิดสมาธิ จากนั้นจึงต่อยอดด้วยวิปัสสนาด้วยการพิจารณาโครงกระดูก เป็นกัมมัฏฐานสายหนึ่งที่ปฏิบัติกันอย่างแพร่หลายในสังคมไทย และการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแบบพระอาจารย์มหาสีสยาดอว์ ซึ่งเป็นพื้นฐานของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแบบสติปัฏฐาน โดยวิธีปฏิบัติคือ เมื่อใดก็ตามที่ตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นรับรส กายถูกต้องสัมผัส ใจนึกคิดเรื่องราวต่างๆ ผู้ปฏิบัติจะต้องรู้อารมณ์ทั้งหลายด้วยตนเอง โดยกำหนดว่า เห็นหนอ ได้ยินหนอ กลิ่นหนอ รสหนอ ถูกหนอ คิดหนอ... ทุกขณะที่โยคีผู้ปฏิบัติเห็นรูป ได้ยินเสียง ได้กลิ่น รู้รส ถูกต้องสัมผัส นึกคิดเรื่องราวต่างๆ ควรกำหนดรู้อารมณ์เหล่านี้ตามความเป็นจริง

รูปแบบและวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานในล้านนา พบว่า รูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานในล้านนาได้ยึดแบบคัมภีร์วิสุทธิมรรค แต่ได้เพิ่มเติมการใช้ลูกประคำเข้ามา ซึ่งการปฏิบัติแบบใช้ลูกประคำนี้ได้รับอิทธิพลจากพม่าในช่วงที่เข้าปกครองเชียงใหม่ อีกนัยหนึ่ง น่าจะได้รับอิทธิพลจากพระชาวไทลื้อที่อพยพเข้ามาอยู่ในเชียงใหม่ในช่วงเวลาของพระยากาวิละ ปกครองครองเมืองเชียงใหม่ ต่อมาในปี พ.ศ.๒๔๙๔ คณะสงฆ์ภาคเหนือได้คัดเลือกเอาครูบาวัดน้ำบ่อหลวง อ.สันป่าตอง ครูบาวัดพระพุทธบาทตากผ้า และครูบาทอง วัดเมืองมาง ให้เป็นผู้แทนของพระสงฆ์ในภาคเหนือ ไปศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔ ที่วัดมหาธาตุฯ ท่าพระจันทร์ กรุงเทพฯ เป็นเวลา ๑ พรรษา ครูบาทั้ง ๓ ปฏิบัติในสายพุทโธมาก่อน หลังจากที่เดินทางกลับมาจากกรุงเทพฯ แล้ว ก็ได้สอนการปฏิบัติธรรมกัมมัฏฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔ แต่สำหรับครูบาวัดพระพุทธบาทตากผ้า ท่านจะสอนการปฏิบัติ ๒ แนวทาง คือ ๑. สำหรับพระภิกษุหนุ่ม สามเณรน้อย จะสอนแบบพุทโธ ๒. สำหรับผู้สูงอายุทั้งพระภิกษุและฆราวาส จะสอนพอง – ยุบ สำหรับครูบาทอง สิริมงฺคโล เมื่อเดินทางกลับมาเชียงใหม่แล้ว ได้เดินทางไปศึกษาเพิ่มเติมที่ประเทศสหภาพพม่า โดยพักอาศัยอยู่ที่วัดกำมะเอ ระยะหนึ่ง แล้วย้ายไปพักอยู่ที่วัดพญาจีจองใต้ (เช้าทัดจี่) และได้ไปปฏิบัติกับท่านมหาสีสยาดอ ภัททันตะโสภณมหาเถร ที่วัดต่าตะนะยิต่า ประเทศพม่า เมื่อศึกษาแล้ว ครูบาทอง สิริมงฺคโล ได้เดินทางกลับมาสอนการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานแบบสติปัฏฐาน ๔ ที่วัดเมืองมาง ต่อมาได้ย้ายไปเปิดที่วัดตโปทาราม (ร่ำเปิง) และภายหลัง ได้รับอาราธนาให้ไปเป็นเจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร การสอนของครูบาทองนั้นมีผู้เลื่อมใสมาเข้ารับการปฏิบัติเป็นจำนวนมาก ทั้งพระภิกษุ สามเณร อุบาสกและอุบาสิกา เมื่อฝึกปฏิบัติแล้วท่านทั้งหลายเหล่านั้น ก็ได้นำเอารูปแบบและวิธีการของการปฏิบัติสายนี้ไปเผยแพร่ จนได้รับความนิยมไปทั่วภาคเหนือ

ลักษณะเฉพาะของกัมมัฏฐานล้านนา คือ มีการกล่าวคำถวายข้าวตอกดอกไม้ แล้วกล่าวคำขอขมาแก้ว ๕ โกฐาก คือพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ พระกัมมัฏฐาน ครูบาอาจารย์ เน้นการท่องบทสวดมนต์เป็นหลัก และมีการนำเอาลูกประคำมาเป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติ เมื่อภาวนาไปให้นับลูกประคำไปด้วยในแต่ละครั้ง ซึ่งการใช้ลูกประคำนี้เป็นลักษณะพิเศษของพระสงฆ์ในล้านนา ซึ่งจะได้รับลูกประคำจากพระอุปัชฌาย์หลังจากผ่านพิธีบรรพชาอุปสมบทเสร็จแล้ว ในขณะที่นั่งปฏิบัติกัมมัฏฐานก็จะนำออกมานับพร้อมกับการปฏิบัติ มีการแยกการปฏิบัติแบบสมถะกับวิปัสสนาออกจากกันอย่างชัดเจน โดยให้ปฏิบัติสมถะก่อนแล้วจึงปฏิบัติวิปัสสนา จนถึงระดับหนึ่งเมื่อจิตตั้งมั่นแล้วก็สามารถปฏิบัติวิปัสสนาได้เลย คือเริ่มพิจารณาไตรลักษณ์ได้ ถ้าจิตยังไม่สงบการพิจารณาไตรลักษณ์ก็เป็นไปได้ยาก ดังนั้นกัมมัฏฐานล้านนาจึงเน้นไปที่สมถกัมมัฏฐานเป็นเบื้องต้น

๕.๑.๒ รูปแบบและวิธีปฏิบัติกรรมฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน

วัดบ้านหลุก สร้างเมื่อ พ.ศ. ๒๓๒๕ มีตำนานเล่าว่า เจ้าผู้ครองนครเมืองหริภุญชัยได้ยกทัพไปตีข้าศึกที่เมืองเชียงตุง ประเทศพม่า เมื่อได้รับชัยชนะจึงต้อนผู้คนจากเมืองยองกลับมายังหริภุญชัย ซึ่งมีพระภิกษุรูปหนึ่งไม่ปรากฏชื่อซึ่งอาศัยอยู่วัดหนึ่งที่มีนามว่า "วัดบ้านหลุก" ที่มีอยู่ในเมืองยอง พระภิกษุรูปนี้มีวิชาอาคมและยังได้มาตั้งวัดวาอารามขึ้นซึ่งอยู่ทางเหนือของเมืองหริภุญชัย เพื่อให้เป็นหน้าด่านตั้งรับมือข้าศึกที่เข้ามาตีเมืองหริภุญชัย วัดที่ตั้งขึ้นใหม่ได้ตั้งชื่อตามวัดที่ท่านอาศัยอยู่เดิม คือ "วัดบ้านหลุก"

คัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ฉบับวัดบ้านหลุก ตำบลเหมืองง่า อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ฉบับนี้เป็นคัมภีร์ใบลาน เส้นจาร จำนวน ๕ ผูก ๒๖๙ หน้าลาน แยกเป็น ผูกที่ ๑ จำนวน ๕๐ หน้าลาน, ผูกที่ ๒ จำนวน ๕๙ หน้าลาน, ผูกที่ ๓ จำนวน ๗๒ หน้าลาน, ผูกที่ ๔ จำนวน ๔๘ หน้าลาน, และ ผูกที่ ๕ จำนวน ๔๐ หน้าลาน ขนาดใบลาน กว้าง ๕ ซม ยาว ๕๗ ซม. เส้นจาร ลานละ ๕ บรรทัด อักษรธรรมล้านนา ภาษาบาลี-ไทยยวน สภาพลานสมบูรณ์ ผู้จาร มี ๓ ท่าน คือ ลุงหนาน ผูกที่ ๑ ปัญญาภิกขุ ผูกที่ ๓ และ “สุนันทภิกขุ ผูกที่ ๕ (ส่วน ผูกที่ ๒ และผูกที่ ๔ ไม่ปรากฏนามผู้จาร) ในปี จ.ศ. ๑๒๓๘ ตรงกับ พ.ศ. ๒๔๑๙

คัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ผูกที่ ๑ มี ๕๐ หน้าลาน เริ่มต้นด้วยการปณามพระรัตนตรัย ประวัติของพระพุทธเจ้า ในช่วงปฐมโพธิกาล นับตั้งแต่พระองค์ทรงประสูติ เปล่ง “อาสภิวาจา” ที่ยืนยันว่าชาตินี้เป็นชาติสุดท้ายที่จะต้องมาเกิดอีก ในเอกสารยกย่องคุณสมบัติของพระพุทธเจ้าต่าง ๆ เช่น พระวาจาที่เปล่งหรือแสดงธรรมของพระพุทธเจ้ามีลักษณะ “แบบวจนวิลาส ๕ ประการ” คือ สดใส รู้ง่าย ฉลาด ลึกซึ้ง กึกก้อง พระพุทธเจ้ามีความยอดเยี่ยม ๔ ประการ ใครได้เห็น ได้ฟังธรรม ได้ถวายการอุปัฏฐากและได้รำลึกถึงพระองค์ก็ถือว่า เยี่ยมยอด(อนุตตริยะ) พระพุทธเจ้าบำเพ็ญจริยา ๓ คือ บำเพ็ญประโยชน์แก่โลก แก่ญาติ พุทธัตถจริยา และบำเพ็ญตนด้วยสัพพัญญูตัญญาณ พระองค์บรรลุวิชชา ๓ อภิญญา ๖ เป็นต้น

คัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ผูกที่ ๒ มีจำนวน ๕๙ หน้าลาน กล่าวถึง การตัดปลิโพธ ๑๐ การเลือกสถานที่เป็นที่ปฏิบัติกัมมัฏฐาน และสถานที่ที่ไม่ควรเลือกเป็นที่ปฏิบัติกัมมัฏฐาน

การพิจารณาอัชฌาศัยแห่งเนกขัมมะ ๖ ประการ และมีวิถีแห่งผู้ปฏิบัติ ๕ ประการ ประเภทของสมาธิ ๕ ประเภท ยุคลธรรม ๖ คู่ การเกิดนิมิต (การเห็นในสมาธิ) อนิมิตตกัมมัฏฐาน กัมมัฏฐานที่ไม่ถือนิมิตเป็นอารมณ์ ๑๘ ประการ การจำแนกอารมณ์ของกัมมัฏฐาน สมถกัมมัฏฐานมี(อารมณ์) ๔๐ ชนิด วิธีภาวนาอสุภะ ๑๐ วิธีภาวนาอนุสติ ๑๐ การภาวนาอานาปานัสสติ การภาวนาพรหมวิหาร ๔ การภาวนาอาหารปฏิกุลสัญญากัมมัฏฐาน การภาวนาจตุธาตุววัตถานกัมมัฏฐาน การภาวนาปถมอรูปฌาน ขั้นตอนการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน การพิจารณาลักษณะของรูปและนาม

คัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ผูกที่ ๓ มีจำนวน ๗๒ หน้าลาน เริ่มจากการปฏิบัติธุดงควัตร ๑๓ ข้อ ได้แก่ ๑) ปังสุกุลิกังคะ วัตรถือการทรงผ้าบังสุกุล ๒) เตจีวริกังคะ วัตถือการทรงผ้า ๓ ผืน ๓) ปิณฑปาติกังคะ วัตรถือการบิณฑบาต ๔) สปทานจาริกังคะ วัตรถือการบิณฑบาตตามลำดับประตูเรือน ๕) เอกาสนิกังคะ วัตรถือการฉันอาหารคราบเดียว(ฉันเอกา) ๖) ปัตตปิณฑิกังคะ วัตรถือการฉันอาหารในบาตร ๗) ขลุปัจฉาภัตติกังคะ วัตรถือการไม่ฉันข้าวเมื่อภายหลัง(จากการห้ามภัต) ๘) อรัญญิกังคะ วัตรถือการอยู่ในป่า ๙) รุกขมูลิกังคะ วัตรถือการอยู่ที่โคนไม้ ๑๐) อัพโภกาสิกังคะ วัตรถือการอยู่กลางแจ้ง (ที่โล่ง ไม่มีสิ่งมุงบัง) ๑๑) โสสานิกังคะ วัตรถือการอยู่ในป่าช้า ๑๒) ยถาสันถติกังคะ วัตรถือการอยู่ในเสนาสนะตามที่เขาจัดแต่งไว้ให้ และ ๑๓) เนสัชชิกังคะ วัตรถือการไม่นอน(เอนหลังหลับ)

คัมภีร์มูลกัมมัฏฐานผูกที่ ๔ มี จำนวน ๔๘ หน้าลาน เนื้อความจะไม่ต่อกับผูกที่ ๑ ถึงผูกที่ ๓ และคนจารคัดลอกเป็นอีกท่านหนึ่ง ในท้ายผูก ๔ ไม่บอกนามผู้จาร มีปรากฏแสดงไว้ท้ายผูกที่ ๕ ชื่อ “สุนันทภิกขุ” และข้อความของเรื่องจากผูกที่ ๔ และผูกที่ ๕ ก็ต่อกันไปเป็นเรื่องเดียวกัน จากผูกที่ ๔ จึงอนุมานได้ว่า “สุนันทภิกขุ” เป็นผู้แต่งทั้ง ๒ ผูก ซึ่งในผูกที่ ๔ นี้ได้กล่าวถึง การภาวนาอนุสสติกัมมัฏฐาน ๓ ได้แก่ พุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ และสังฆานุสสติ การเจริญภาวนาเมตตา พรหมวิหารธรรม มีการแผ่เมตตาให้ตนเองก่อน จากนั้นจึงแผ่เมตตาในสรรพสัตว์ การเจริญภาวนาทิฏฐิวิสุทธิ การเจริญกังขาวิตรณวิสุทธิญาณ และ วิปัสสนาญาณกัมมัฏฐาน แบ่งเป็น ๓ ลักขณะ คือ อนิจจลักขณะ ทุกขานุปัสสนาลักขณะ และอนัตตาลักขณะ การภาวนาวิปัสสนาอุทยวยญาณ อันเป็นที่เกิดแห่งอุปกิเลส ๑๐ จำพวก

คัมภีร์มูลกัมมัฏฐานผูกที่ ๕ กล่าวถึงวิปัสสนาญาณ ๙ ดวง ได้แก่ อุทยวยญาณ ภังคญาณ ภยญาณ อาทีนวญาณ นิพพิทาญาณ มุญจิตุกัมยตาญาณ ปฏิสังขาญาณ สังขารุเปกขาญาณ อนุโลมญาณ การภาวนาแต่ละญาณจะระลึกถึงไตรลักขณะ ๓ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อนุโลมญาณ ผู้ปฏิบัติที่ภาวนาลักขณะทั้ง ๓ คือ อนิจจลักขณะ ทุกขลักขณะ อนัตตาลักขณะ แต่ในช่วงกลางของเอกสารปริวรรต จะกลับมากล่าวถึงลำดับการปฏิบัติกัมมัฏฐาน ย้อนขั้นตอน และเสริมด้วยบทสวดบริกรรมยาวๆ และมาสิ้นสุดถึงตอนอธิบายปีติ ๕ ประการ นอกจากนั้นยังกล่าวถึงการเดินจงกรม แบ่งเป็น ๒ ลักษณะคือ วิธีการเดินจงกรมน้อย และวิธีการเดินจงกรมใหญ่ และยังมีการบริกรรมภาวนาในขณะบิณฑบาต และคำภาวนาเบ็ดเตล็ด เช่น คำทักผ้าบังสุกุล คำอธิษฐานเอาผ้าบังสุกุล คาถาหยาดน้ำบังสุกุลให้ผู้ตาย คำภาวนาเมื่อชักผ้าบังสุกุล เป็นต้น และกล่าวถึงกถาวัตถุ และทานวัตถุ

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่อง รูปแบบและวิธีปฏิบัติกรรมฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะทางการวิจัย ดังนี้

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะเชิงวิชาการ

๑) ควรมีการจัดทำเป็นชุดความรู้รูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก หรือตามแบบฉบับของวัดต่างๆ เพื่อเป็นการศึกษาค้นคว้า เผยแพร่และอนุรักษ์ไว้ซึ่งการปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนา

๒) ควรมีการส่งเสริมการศึกษาวิเคราะห์คัมภีร์กัมมัฏฐานของวัดต่างๆ ในพื้นที่จังหวัดลำพูน เชียงใหม่ เพิ่มเติม เพื่อให้เห็นถึงพัฒนาการ รูปแบบ และวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนา ว่ามีความเชื่อมโยงกันอย่างไร

๓) ควรมีการส่งเสริมให้พระสงฆ์ สามเณร หรือผู้สนใจปฏิบัติทั่วไป ได้ศึกษาเรียนรู้วิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนาให้มากขึ้น และเผยแพร่ไปสู่พื้นที่อื่นต่อไป

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

๑) ควรมีการศึกษาแนวทางการวิเคราะห์คัมภีร์กัมมัฏฐานล้านนา ทั้งนี้ เนื่องด้วยคัมภีร์มีความหลากหลาย และบางผูกนั้นได้ซ่อนหรือแทรกเนื้อหาของการปฏิบัติกัมมัฏฐานไว้ จึงเป็นการยากต่อการค้นคว้าและปริวรรต

๒) ควรมีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการถอดความจากการปริวรรตคัมภีร์กัมมัฏฐานล้านนาที่ได้ผ่านการปริวรรตมาแล้วทั้งหมด ให้เป็นภาษาที่เข้าใจง่ายและทำให้ง่ายต่อการปฏิบัติของผู้ที่สนใจ

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาเตปิฏกํ ๒๕๐๐**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_________. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล ชุด ๙๑ เล่ม**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาอฏฺฐกถา**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒.

วัดบ้านหลุก ตำบลเหมืองง่า อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน. **คัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน**

วิโรจน์ อินทนนท์ ยศพล เจริญมณี และขนานยี่ จันทร์. “กัมมัฏฐานล้านนา ฉบับปริวรรต”. **เอกสารต้นฉบับ**. เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, มปป..

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ:

คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **ธรรมะภาคปฏิบัติ ๑**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช). **ศัพท์วิเคราะห์.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เลี่ยงเชียง, ๒๕๕๐.

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์.** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม.** กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธรรม, ๒๕๕๘.

___________. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม.** พิมพ์ครั้งที่ ๓๔. กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิการศึกษาเพื่อสันติภาพ พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต), ๒๕๕๙.

___________. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์.** กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธรรม, ๒๕๕๗.

___________. **พุทธธรรมฉบับปรับขยาย** กรุงเทพมหานคร: สหธรรมมิก, ๒๕๔๘.

พระโพธิรังสี. **จามเทวีวงศ์ พงศาวดารเมืองหริภุญชัย.** กรุงเทพมหานคร : บรรณกิจเทรดดิ้ง, ๒๔๙๕.

พระมหาไพจิตร อุตฺตมธมฺโม. **เอกสารประกอบการสอนสัปดาห์ที่ ๓ เรื่องกสิน**. มปท. : มปป..

พระยาประชากิจกรจักร. **พงศาวดารโยนก.** พิมพ์ครั้งที่ ๗. พระนคร : คลังวิทยา, ๒๕๑๖.

พระราชพรหมยาน (พระมหาวีระ ถาวโร). **การฝึกมโนมยิทธิ**. ธัมมวิโมกข์: มปพ., ๒๕๕๑.

พระราชสุทธิญาณมงคล (จรัญ ฐิตธมฺโม). **กรรมสนอง ความเป็นไปของชีวิตตามกฎแห่งกรรม.** กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๓.

พระวิจิตรธรรมาภรณ์ (เทอด ญาณวชิโร). **สมาธิเบื้องต้นสำหรับชาวบ้าน**. กรุงเทพมหานคร : บริษัท สยาม เอ็ม แอนด์ บี พับลิชชิ่ง จำกัด, ๒๕๕๒.

วรเดช ปญจรงคะ. **การเจริญสติด้วยวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔.** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙.

ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตรี, พระครูธีรสุตพจน์ และ ธณิกานต์ วรธรรมานนท์. “กัมมัฏฐานโบราณล้านนา”, **รายงานวิจัย.** กรมส่งเสริมวัฒนธรรม : กระทรวงวัฒนธรรม, ๒๕๕๙.

สรัสวดี อ๋องสกุล. **ประวัติศาสตร์ล้านนา**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อมรินทร์, ๒๕๔๔.

สุรีพันธุ์ มณีวัตร. “ชีวประวัติพระอาจารย์จวน กุลเชฏฺโฐ ปฏิปทา และธรรมเทศนา”. **ใน หนังสือบูรพาจารย์.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ศิลป์สยามการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๔.

(๒) ดุษฎีนิพนธ์/วิทยานิพนธ์/สารนิพนธ์:

ณอภัย พวงมะลิ. “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์โดยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐานสี่ของศูนย์ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานวัดถ้ำพระผาคอก อำเภอเวียงชัย จังหวัดเชียงราย”. **วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่, ๒๕๖๑.

พระครูกัลยาณปริยัติกิจ (อำนาจ กลฺยาณธโร). “ศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พฺรหฺมจกฺโก)”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย , ๒๕๖๑.

พระครูสุนทรกาญจนาคม (แก้วเกิด สุพฺพจฺโจ). “ศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสติสัมปชัญญสูตร”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๙.

พระพยุง เมธาวี (สืบสำราญ). “การประยุกต์ใช้วิปัสสนากรรมฐานของวัดราษฎร์บำรุงหนองลี ตำบลโพทะเล อำเภอค่ายบางระจัน จังหวัดสิงห์บุรี”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๑.

เสฐียร ทั่งทองมะดัน. “สมถกัมมัฏฐานในฐานะเป็นบาทฐานของวิปัสสนากัมมัฏฐาน”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

(๓) รายงานวิจัย:

บุณชญา วิวิธขจร. "การปฏิบัติและการสอบอารมณ์กรรมฐานตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาทในประเทศเมียนมาร์". **รายงานวิจัย.** สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๐.

พระมหาบุญเลิศ ธมฺมทสฺสี, นางสาวนงเยาว์ หนูไชยะ ณ กาฬสินธุ์ และ นางสาวพรรณราย ชูเลิศ. "ศึกษาปรากฏการณ์วิธีการสอน วิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐานสี่ในปัจจุบัน". **รายงานวิจัย.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

วิโรจน์ อินทนนท์. "กัมมัฏฐานล้านนา : รูปแบบ วิธีปฏิบัติและการสืบทอด". **รายงานวิจัย.** กรุงเทพมหานคร : สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย, ๒๕๕๙.

(๔) บทความ:

บุณชญา วิวิธขจร. "การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐานสี่ สำนักมหาสีสยาดอ: ในประเทศเมียนมาร์". **วารสารสิรินธรปริทรรศน์.** ปีที่ ๑๘ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม-ธันวาคม ๒๕๖๐) : ๔๖.

พระครูภาวนากิจสุนทร วิ.. "ศึกษารูปแบบและกระบวนการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐาน ในจังหวัดนครศรีธรรมราช". **วารสารมหาจุฬานาครทรรศน์.** ปีที่ ๖ ฉบับที่ ๓ (พฤษภาคม ๒๕๖๒) : ๑๕๙๐.

พระครูเมธานันทกิจ และ ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตร. "กัมมัฏฐานล้านนา: กระบวนการสั่งสมบุญบารมีและพัฒนาตน". **วารสารไทยศึกษา.** ปีที่ ๑๕ ฉบับที่ ๑ (มกราคม - มิถุนายน ๒๕๖๒) : ๓๙.

พระครูสุพัฒนกาญจนกิจ. "กัมมัฏฐานสายพุทโธในสังคมไทย". **วารสารพุทธจิตวิทยา**. ปีที่ ๑ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม-ธันวาคม ๒๕๕๙) : ๔๐ – ๔๖.

พระมหาวิชัย ยติชโย (ฤทธิ์วิรุฬห์). "พัฒนาการการสอบอารมณ์การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน". **วารสารมนุษยสังคมปริทัศน์.** ปีที่ ๑๗ ฉบับที่ ๑ มกราคม - มิถุนายน ๒๕๕๘) : ๓๑.

พระมหาวุฒิชัย วุฑฺฒิชโย. "การศึกษาเปรียบเทียบรูปแบบการพัฒนาจิตของกรรมฐาน ๕ สายในสังคมไทย". **วารสารวิชาการทางพระพุทธศาสนา.** ปีที่ ๖ ฉบับที่ ๑ (ฉบับรวมที่ ๑๐) (๒๕๖๓) : ๑๙ – ๒๒.

พุทธชญานันท์ จันทร์โสม, พระครูสุธีคัมภีรญาณ และ ประยูร แสงใส. "แนวทางการปฏิบัติกรรมฐานเพื่อพัฒนาจริยธรรม ของวัดนาหลวงอภิญญาเทสิตธรรม ตำบลคำด้วง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี". **วารสารวิชาการธรรมทรรศน์.** ปีที่ ๑๗ฉบับที่ ๓ (ฉบับพิเศษ) (กันยายน - ธันวาคม ๒๕๖๐): ๒๓๗ – ๒๓๘.

รุ่งทิพย์ เลิศนิทัศน์. "การเปรียบเทียบรูปแบบ และวิถีการปฏิบัติภาวนาของพุทธศาสนิกชนในกรุงเทพฯ". **วารสารวิจัยสังคม.** ปีที่ ๔๐ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม – ธันวาคม ๒๕๖๒) : ๑๓๔.

ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตรี, พระครูธีรสุตพจน์ และ ธณิกานต์ วรธรรมานนท์. "กัมมัฏฐานโบราณล้านนา : ที่มา ลักษณะ และการเสื่อมสูญ". **วารสารพื้นถิ่น โขง ชี มูล.** ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม – ธันวาคม ๒๕๖๐) : ๑๘๔ - ๑๘๗.

ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตรี และ ธณิกานต์ วรธรรมานนท์. "ลักษณะกัมมัฏฐานสมัยครูบาศรีวิชัย". **วารสารพุทธศิลปกรรม.** ปีที่ ๑ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม - ธันวาคม ๒๕๖๑) : ๑๑-๑๒.

(๕) สื่ออิเล็กทรอนิกส์:

บ้านจอมยุทธ. **พรหมวิหาร ๔**. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : https://www.baanjomyut.com/pratripidok/13.html [๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๕].

พิสิฏฐ์ โคตรสุโพธิ์, "มูลกัมมัฏฐาน ฉบับวัดบ้านหลุก ตำบลเหมืองง่า อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน", [ออนไลน์], แหล่งที่มา : http://phil-re4you.blogspot.com/2016/08/blog-post.html [๑๗ ธันวาคม ๒๕๖๕].

วิโรจน์ อินทนนท์. **โครงการวิจัย "กัมมัฏฐานล้านนา : รูปแบบ วิธีปฏิบัติและการสืบทอด"**. [ออนไลน์] แหล่งที่มา : https://researchcafe.org/mindfulness-meditation/ [๑ กันยายน ๒๕๖๕].

ศูนย์พุทธศรัทธา. **มโนมยิทธิหลวงพ่อพระราชพรหมยาน.** [ออนไลน์., แหล่งที่มา : http://www.buddhasattha.com , [๑ มิถุนายน ๒๕๕๔].

สุภัทร์ อักษราชัยพฤกษ์. **๕๐ คุรุ จิตยุบพอง คำสอนพระมหาสี สยาดอว์.** [ออนไลน์] แหล่งที่มา : https://www.newheartawaken.com/guru/36 [๑๕ ตุลาคม ๒๕๖๕].

๒. ภาษาอังกฤษ

(I) Books:

Mahasi Sayadow, Venerable. **The Great Discourse on the Teaching of the Wheel of Dhamma,** Bangkok : Buddhadhamma Foundation, 1998.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก.

คัมภีร์มูลกัมมัฏฐานฉบับวัดบ้านหลุก ใน “กัมมัฏฐานล้านนา ฉบับปริวรรต”, เอกสารต้นฉบับ โดย วิโรจน์ อินทนนท์ ยศพล เจริญมณี และขนานยี่ จันทร์

ผูก ๑

๑. นมามิ รตนตฺตยํ สิรสาฯ สตฺตเม ปาเท ฐตฺวาฯ มหาปุริสะเจ้าคือว่าโพธิสัตเจ้าเกิดมาหัวที มักว่าออกจากท้องแม่หัวที เทวดา อินทา พรหมแลคนทังหลายรับเอาด้วยมือด้วยผ้าแล้วหลูดจากมืออินท์ พรหมแลเทวดาแลคนทังหลายตกเหนือดินแล้ว ลวดย่างไปมีลีลาอาการเหมือนดั่งมหาพรหมนั้น ยืนอยู่ในย่างตีนอันถ้วน ๗ ก็เป่งออกยังอาสภิวาจาคำองอาด(อาจ)นักว่าดั่งนี้ อคฺโคหมสฺมิ โลกสฺส เสฏฺโฐ เชฏฺโฐ อปฺปฏิปุคฺคโล อยมนฺติมา ชาติ นตฺถิทานิ ปุนพฺภโวติฯ อัตถะแปลแห่งคาถาบทนี้ว่า อหํ อันว่ากู อคฺโค เปนอันยิ่งนัก เสฏฺโฐ กูก็ผะเสริฐนัก เชฏฺโฐ กูเปนแก่เปนพี่ โลกสฺส แก่สัตตโลกทังมวร อปฺปฏิปุคฺคโล ก็บ่มีปุคคละผู้อันเปรียบเทียมได้ อสฺมิ ก็มีแลฯ อหํ อันว่ากู อยํ ชาติ อันว่าเอาปฏิสันธิกำเนิดเกิดมาอันนี้ อนฺติมา เปนอันสุดอันซ้อยแก่กูแล ปุนพฺภโว อันว่าภาวะอันจักเกิดมาเล่า นตฺถิทานิ ก็บ่จักมีแก่กูเล่าแลฯ มหาปุริสะเจ้าก็กล่าวอาสภิวาจาดั่งนี้ ก็หากเปนธัมมดาแห่งโพธิสัตเจ้าทังหลายอันจักเกิดมาชุตนแลฯ วจนวิลาสแห่งพระพุทธเจ้ามี ๕ ผะการ ผู้มีผะหยาเพิงรู้ดั่งนี้ฯ วิเสฏฺโฐ ๑ สุวิญฺเญยฺโย ๑ อสฺสาริ ๑

๒. คมฺภีโร ๑ นนฺทาทิ ๑ วิเสฏฺโฐ เปนอันสระใสนักฯ สุวิญฺเญยฺโย ควรรู้ง่ายนักฯ อสฺสาริ เปนอันซาด(ฉลาด)ชะนักฯ คมฺภีโร เปนอันเลิกนักแลบนักฯ นนฺทาทิ เปนอันก้องอันดังนักแลฯ วจนะวิลาสคือเสียงปากก็ดี เสียงธัมมะเทสนาก็ดี แห่งพระพุทธเจ้าผะกอบด้วยองคะ ๕ ผะการดั่งกล่าวมานี้แลฯ อนุตฺตริย แห่งพระพุทธเจ้ามี ๔ ผะการเพิงรู้ดั่งนี้เทอะฯ ทสฺสนานุตฺตริย อันยิ่งด้วยอันได้หันฯ สวนานุตฺตริย อันยิ่งด้วยอันได้ยินเสียงฯ ปริจริยานุตฺตริย อันยิ่งด้วยอันได้จำเรินอุปฐากฯ อนุสตานุตฺตริย อันยิ่งด้วยอันได้ร่ำเพิงเถิงไจ้ ๆ แก่ปุคคละทังหลาย มีคนแลเทวดาเปนต้นนั้นแล อนุตฺตริย แห่งพระพุทธเจ้าแล้วเท่านี้ก่อนแลฯ พระพุทธเจ้าผะกอบด้วยจริยะ ๓ คือว่า โลกตฺถจริยา ๑ ญาตตฺถจริยา ๑ พุทธจริยา ๑ แล ฯ โลกตฺถจริยา คือได้ผะหยาอันกทำหื้อเปนคุณแก่โลกทังมวรนักฯ ญาตตฺถจริยา คือได้ผะหยาอันกทำหื้อเปนคุณแก่ญาติฯ พุทฺธจริยา คือได้ผะหยาสัพพัญญูตัญญาณนั้นแลฯ เหตุใดแลว่าผะหยาสัพพัญญูตัญญาณนั้นแลแท้แล เหตุผะหยาดวงนั้นถรัสรู้เสี้ยงทังมวรบ่เสส(เศษ)สะหลอสักอัน จิ่งได้ชื่อว่า สัพพัญญูตัญญาณเพื่ออั้นแล จริยา ๓ แล้วเท่านี้แล

๓. เตวิชฺชา ๓ ฉฬาภิญฺญาณ แล อภิญฺญาณ เพิงรู้ดั่งนี้ฯ ทิปุอาทิปอิ ฯ ทิพฺพจกฺขุญาณ ฯ ปุพฺเพนิวาสานุสติญาณ ฯ อาสวกฺขยญาณ ฯ ทิพฺพโสตญาณ ฯ ปรจิตฺตวิชฺชานนญาณ ฯ อิทฺธิวิทฺธิญาณ แล ฯ ทิพฺพจกฺขุญาณ ได้ ทิพพจักขุญาณ คือ ตาทิพ ๑ ปุพฺเพนิวาสานุสติญาณ ได้ปุพเพนิวาส คือ ผะหยาอันรู้ชาติพายหลัง ๑ อาสวกฺขยญาณ ได้อาสวขยญาณ คือ ได้ อรหันตามัคคญาณ อันกทำกำจัด ตัดเสียยังกิเลสปาปธัมม์ทังมวรนั้นแล ญาณ ๓ ดวงนี้ ชื่อว่า เตวิชฺชา แล ฯ ทิพฺพโสตญาณ ได้ทิพพโสตาญาณ คือ หูทิพแล ฯ ปรจิตฺตวิชฺชานนญาณ ได้ ปรจิตตวิชชานนญาณ คือ ผะหยาอันรู้จิตใจแห่งท่านผู้อื่น มักว่าท่านคึดใจดั่งรือก็รู้นั้นแล ฯ อิทฺธิวิทฺธิญาณ คือ ได้ผะหยาอันกทำหื้อเปนน้ำเปนไฟ

แล ดำดิน บินบนเปนต้นนั้นแล ฯ เอาเตวิชชา ๓ มาใส่แถมผะหยา ๓ ดวงนี้ ชื่อว่า ฉฬาภิญญาณ ๖ แล ฯ เอา อาสวขยญาณออกชื่อว่า อภิญญาณ ๕ แล ฯ เอา มโนมยิทธิญาณ แล วิปัสสนาญาณ มาใส่แถม ฉฬาภิญญาณ ๖ นั้น ชื่อว่า วิชชา ๘ แล ฯ จตุปฏิสัมภิธาน ๔ เพิงรู้ดั่งนี้ ธัมมปฏิสัมภิธาน ๑ นิรุตติปฏิสัมภิธาน ๑ ปฏิภานปฏิสัมภิธาน ๑ แล อัตถ

๔. ปฏิสัมภิธาน ๑ แล ฯ ธัมมปฏิสัมภิธาน คือได้ธัมม์อันเปนเหตุ คือ ผะหยาอันรู้ยังธัมม์อันเปนเหตุหื้อบังเกิดยังธัมม์อันเปนผลนั้นแล ฯ อัตถปฏิสัมภิธาน คือได้ธัมม์อันเปนผลนั้น คือ ผะหยาอันรู้ยังธัมม์อันเปนผล อันเกิดแต่ธัมม์อันเปนเหตุนั้น ฯ นิรุตติปฏิสัมภิธาน คือว่า ผะหยาอันรู้ชื่อแห่งธัมม์อันเปนเหตุแลธัมม์อันเปนผลนั้น ฯ ปฏิภานปฏิสัมภิธาน คือได้ ผะหยาอันรู้ยังเหตุแลผล แลชื่อแห่งธัมม์ทังหลายฝูงนั้นแจ้งถี่แท้แล กล่าวได้ว่าเปนนั้นแท้แล ฯ จตุปฏิสัมภิธานแล้วเท่านี้ก่อนแล ฯ ที่นี้จักจาด้วยโลกทัง ๓ ก่อน คือว่า โอกาสโลก ๑ สัตตโลก ๑ สังขารโลก ๑ ฯ โอกาสโลก คือได้ภวะทัง ๓ อันเปนที่อยู่ที่กินที่เกิดที่เปนแห่งสัตทังหลายนั้น ได้ชื่อว่า โอกาสโลกแล ฯ สัตตโลกนั้น คือได้ตัวแห่งสัตทังหลาย อันตั้งอยู่ในภวะทัง ๓ นั้น ชื่อว่า สัตตโลก แล ฯ สังขารโลก คือได้นามธัมม์ คือจิตแลเจตสิกทังมวร อันเปนเหตุเปนผะไจหื้อสัตทังหลายได้เกิดได้ตายในภวะทัง ๓ ไจ้ ๆ นั้น ได้ชื่อว่า สังขารโลกแล โลโก

๕. อันว่าโลกนั้น เหตุใดแลว่าโลกนั้นชา แท้แล อันว่าโลกนั้นสัตทังหลาย มืดมัวแลหล้งหลงอยู่ไจ้ ๆ บ่พ้นคลาดสักเทื่อ จิ่งได้ชื่อว่าโลกเพื่ออั้นแล ฯ อุปมาเปนดั่ง ถ้ำคูหาอันมืดมัวแล เตมไปด้วยสัตพิดทังหลาย มีต้นว่าเสือหมีผียักแลจักเขบแมงป่องงูพิดทังหลายนั้นแล ฯ โยคาวจรทังหลาย จุ่งพิจารณาดูยังทุกข์โทสแห่งโลกทัง ๓ หื้อหันเปนดั่งกล่าวมานี้ ก็จิ่งได้เข้าสู่นิพพานเจ้า อันสุขยิ่งกว่าสุขทังมวรแล กล่าวสรุปโลกทัง ๓ ด้วยหย้อแล ฯ ภวะทัง ๓ เพิงรู้ดั่งนี้ คือว่า กามภวะ ๑ รูปภวะ ๑ อรูปภวะ ๑ แล ฯ กามภวะ คือ ได้เทวโลก ๗ ชั้น แล มนุสโลกเมืองคนแล อบายทัง ๔ คือ นรกแลเผต อสุรกายแล เปตวิไสยแล สัตตริจฉาน ๑ ชื่อว่า กามภวะ แล ฯ เหตุใดแลว่ากามภวะนั้นชา เหตุว่ารู้เสวยกามคุณทัง ๕ ไจ้ ๆ นั้น จิ่งได้ชื่อว่า กามภวะ เพื่ออั้นแล กามภวะ อุปมาเปนดั่งขุมอันเตมไปด้วยเลือดแลหนองฝีแลหนอนน้อยหนอนใหญ่ทังหลายนั้นแลฯ โยคาวจร ผู้มีผะหยาจุ่งพิจารณาดูเหงี่ยงดูยัง กามภวะ หื้อหันเปนโทสดั่งกล่าวมานั้นแท้เทอะ ฯ รูปภวะ คือได้รูปพรหม ๑๖ ชั้น ตั้งแต่ ปฐมฌานพรหม คือว่า พรหมปริสัชชา พรหมปโรหิตา แล มหาพรหมา เปนเคล้าถราบต่อเท้าเถิง อกนิฏฐาพรหม ได้ชื่อว่า รูปภวะแล พรหมทังหลายฝูง

๖. นั้น ผะกอบไปด้วยประสาท ๒ คือว่า จักขุประสาท แล โสตประสาท สิ่งเดียวแล ฆานประสาทแล ชิวหาประสาทแล กายประสาทบ่มี จิ่งได้ชื่อว่ารูปพรหม ว่าพรหมอันมีรูปนั้นเพื่ออั้นแล รูปภวะแล้วแล ฯ อรูปภวะ เพิงรู้ดั่งนี้ คือว่าได้อรูปพรหม ๔ ชั้น คือว่า อากาสานัญจายตนะชั้น ๑ วิญญาณัญจายตนะชั้น ๑ อากิญจัญญายตนะชั้น ๑ เนวสัญญานาสัญญายตนะชั้น ๑ พรหม ๔ ชั้นนั้นเท่ามีนามขันธ์ ๔ คือว่า เวทนาขันธ์ ๑ สัญญาขันธ์ ๑ สังขารขันธ์ ๑ วิญญาณขันธ์ ๑ แล มีขันธ์ทัง ๔ นี้ หากอยู่สิ่งเดียว หารูปบ่ได้ อุปมาเปนดั่ง เพรียบ(พยัพ)แดดนั้น จิ่งได้ชื่อว่า อรูปภวะ เพื่ออั้นแล ฯ ภวะ ทัง ๓ นี้ อุปมาเปนดั่ง คอก ๓ อันตั้งอยู่ใต้เหนือกั้นขังสัตไว้ในวัฏฏสงสาร บ่หื้อพ้นคลาดสักเทื่อ ฝูงมีโทสอันน้อยก็ขังไว้คอกบนแล ฝูงมีโทสปลานกลางก็ขังไว้คอกกลางแล ฝูงมีโทสอันหนักก็เอาใส่คอกใต้ขังไว้หื้อพญามัจจุราด(ช) มาข้า (ฆ่า) หื้อตายกับคอกที่นั้น บ่อาดคณนาสังขยานับบ่ได้ยังชาติ

แห่งสัตทังหลายอันตายแลเกิด เกิดแล้วตาย ด้วยพญามัจจุราด(ช) ข้าหื้อตายในคอก ๓ อันนั้นได้แท้แล ฯ อันว่า ภวะ ทัง ๓ นั้น เหตุใดแลว่า ภวะ ทัง ๓ นั้นชา แท้แล เหตุว่าสัตทังหลายแหน้นหนาไปด้วยกิเลสปา

๗. ปธัมม์ มีราคะโทสะโมหะมานะทิฏฐิ เปนต้นนั้น จิ่งได้ชื่อว่า ภวะ ทัง ๓ เพื่ออั้นแล ฯ เหตุใดแลว่า ภวสงสาร นั้นชา แท้แล อันว่า ภวสงสาร นั้น เหตุสัตทังหลาย หลังหลงสงสารด้วยข่ายอวิชชาตัณหามากนักแล จิ่งได้ชื่อว่า ภวสงสาร เพื่ออั้นแล สรุปภวสงสารทัง ๓ ด้วยหย้อแล้วแล ฯ ที่นี้จักจาด้วยที่เอาปฏิสันธิแล ที่เกิดที่เปนที่อยู่ที่กินแห่งสัตทังหลาย อันอยู่ในภวะทัง ๓ นี้ก่อนแล คือว่า โยนี ทัง ๔ ๑, คติทัง ๕ ๑, วิญญาณฐิติทัง ๗ ๑, สัตตวาสทัง ๙ ๑ แล โยนีทัง ๔ นั้น คือเอาปฏิสันธิแห่งสัตทังหลาย ๔ แห่ง คือว่า ชลาพุช ๑ อณฑช ๑ สํเสทช ๑ โอปปาติก ๑ แล ฯ ชลาพุช คือเอาปฏิสันธิด้วยน้ำ อณฑช คือเอาปฏิสันธิด้วยไข่แล สํเสทช คือเอาปฏิสันธิด้วยเหื่อไค โอปปาติก คือเอาปฏิสันธิด้วยกัมม์อันกล้าแรง มักว่าคันตายแล้วพ้อยเกิดเปนตัวอันใหม่ ตามกัมม์อันเปนบุรแลกัมม์อันเปนบาปนั้น เปนดั่งนอนหลับแลตื่นนั้นแล คือว่าได้ดั่งเทวดา อินท์ พรหมแลสัตนารกแลเผต ผีทังหลายนั้นแล ฯ โยนี ทัง ๔ นั้น อุปมาเปนดั่งน้ำมันอันหยาดตกผ้า ผิบ่มีเปนดั่งอั้นเปนดั่งตังติดแกบนั้นแล ฯ เหตุใดแลว่าอั้นชา แท้แล เหตุว่าสัตทังหลายเมื่อจักตายนั้น กัมม์อันเปนบาปนั้นก็ดี กัมม์อันเปนบุรนั้นก็ดี อันใดจักหล้างได้หื้อบังเกิดปฏิสันธิตัวอันใหญ่นั้น

๘. ชื่อว่ากัมม์แล กัมมนิมิต แล คตินิมิต คือได้กุสลกัมม์ แล อกุสลกัมม์แล กัมมนิมิตได้วัตถุเครื่องเคราอันตนหากได้กทำ อันเปนบาปก็ดี อันเปนบุรก็ดีนั้นแล ฯ กัมมนิมิต คือได้ซร่างดูกก็ดีเปียวไฟก็ดี แท่งชิ้นก็ดี ผาสาทคระพวงดอกไม้ก็ดี ช่อทุงก็ดี อันใดอันหนึ่งก็ดี มาผากฏหื้อหันเมื่อจักตายนั้นแล้ว จิตตภวังคะลูกเคล้าหื้อปฏิสันธินั้นเสี้ยงกำลังเสียแล้ว ลวดดับไปบ่คืนมาเรียกว่าตายแล ผิว่าเปียวไฟมาผากฏหื้อหันก็เปนเหตุหื้อได้ไปเกิดในนารกเปนดั่งนอนหลับแล้วตื่นนั้นแล ฯ ซร่างดูกมาผากฏหื้อหัน ก็เปนเหตุหื้อได้เปนเผตแล ฯ แท่งชิ้นแลเลือดมาผากฏก็เปนเหตุหื้อได้เข้าท้องแม่แล ฯ ช่อทุงมาผากฏก็เปนเหตุหื้อได้เมือเกิดเมืองฟ้าแล ฯ เหตุดั่งอั้นจิ่งว่าเปนดั่งน้ำมันงาอันหยาดตกผ้าบ่อาดจักเอาออกเสียได้ กัมม์มาผากฏเมื่อจักใกล้ตายนั้น ก็บ่อาดจักห้ามเสียได้ยังกัมม์อันนั้น จิ่งว่าอุปมาเปนดั่ง (น้ำ)มันอันหยาดตกผ้านั้นเพื่ออั้นแล โยนีแล้วแล ฯ คติ ทัง ๕ เพิงรู้ดั่งนี้ คือว่าคติที่ไปเกิดแห่งสัตทังหลายมี ๕ แห่ง คือว่า พรหมคติ ได้พรหมโลก ๒๐ ชั้น ตั้งแต่พรหมปริสัชชาดราบเถิงเนวสัญญานาสัญญายตนะเปนที่สุด ๑ แล ฯ เทวคติ คือว่าได้เทวโลก ๖ ชั้น ๑ แล ฯ มนุสสคติ คือได้ม

๙. นุสสโลกเมืองคน ๑ แล ฯ นิริยคติ คือได้นารก ๑ แล ฯ เปตาคติ คือ เผต อสุรกายเปตวิไสย ๑ แล ฯ คติที่ไปเกิดแห่งสัตทังหลาย ๕ แห่งนั้น กัมม์อันหื้อบังเกิดปฏิสันธินั้น อุปมาเปนดั่งพ่อเสิ้กอันไปครุบเอาบ้านน้อยเมืองใหญ่ทังหลายได้แล้วแลเอาไปเปนข้าส่วยไร่ ข้าสวน ข้าไร่ ข้าหญ้าช้าง ข้าหญ้าม้า ตักน้ำอาบหาบน้ำซ่วยตีนแห่งเขานี้แล ฯ เหตุใดแลว่าอั้นชา แท้แล เหตุว่าปุคคละทังหลายตายไปเกิดในที่ ๕ แห่งนั้น เทียรย่อมไปอุปัฏฐากรักษายังนามรูปคือตนแห่งตนอยู่ไจ้ ๆ บ่ขาดสายสักวันสักยาม ร้อนก็เอามันอาบอยากเอาหื้อมันกินแล มันใคร่ลุกใคร่นอนก็เอามันลุกมันนอนตามอันมักแห่งมัน มันใคร่ไปกทำอุจจาระปัสสาวะก็เอามันไป ในประเทศที่ใดก็เสียก็พามันไปไจ้ ๆ ตามอันมักแห่งมันบ่ขาดสายสักวันสักยาม กาลเมื่อพยาธิบังเกิดมีก็เบียนไปรักษามันอยู่ไจ้ ๆ คันว่าอายุแลกัมม์จักเสี้ยงแล้ว พญามัจจุราชก็มาข้าหื้อตายจากคติที่นั้น จักเอาอันใดอันหนึ่งก็บ่ได้ ส่วนตนก็ยังละเสีย

เป่าเน่าเสียดายแล กทำอันเปนบาปแลอันเปนบุญอันใดอันหนึ่ง อันจักหล้างหื้อบังเกิดปฏิสันธิอันใหม่ ก็มานำเอาไปเกิดในคติที่อันควรแห่งกัมม์อันนั้นแล ฯ อุปมาเปนดั่งข้าเสิ้กผู้ร้ายมาครุบงำเอาไปเปนข้าใช้สอยแห่งมันนั้นแล ฯ นัยหนึ่ง เปนดั่งอำนาจ

๑๐. อาชญาผู้ใหญ่แล มาขนาบกำราบเอาไปอยู่บำเรินเอาการแห่งเขานั้นแล ฯ โยคาวจรผู้มีผะหยาจุ่งพิจารณาดูโทสอันได้เปนข้าเปนจ่าแห่งนามรูป แลอวิชชาตัณหาปาปกัมม์ทังมวรนั้นหันแจ้งแท้ เปนดั่งกล่าวมานั้น สนฺติปทํ นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้าอันชื่อว่า สนฺติปทํ นั้น อตฺถิ ก็จะมี โยคินา แก่โยคาวจรผู้นั้นแล สรุปคติทัง ๕ แล้วเท่านี้ก่อนแล ฯ วิญญาณฐิติ ทัง ๗ เพิงรู้ดั่งนี้ วิญญาณฐิติ อันว่าที่ตั้งแห่งวิญญาณแห่งสัตทังหลาย มี ๗ แห่ง คือว่า นิริย นารก ๑ เปตวิสโย คือ เผตวิสัย ๑ เปตอสุรกาโย คือ เผตอสุรกาย ๑ ติรจฺฉาโน คือ สัตตริจฉาน ๑ มนุสโลก ๑ เทวโลก ๖ ชั้น ๑ รูปาวจรพรหม ๑๖ ชั้น ๑ อรูปาวจรพรหม ๔ ชั้น ๑ แล ฯ วิญญาณฐิติ ทัง ๗ แห่งนั้น อุปมาเปนดั่งปลายแหลม แลปลายหอกนั้นแล เหตุใดแลว่าปลายแหลม แล ปลายหอกนั้นชาแท้แล เหตุว่าวิญญาณตั้งที่ใดเท่าหื้อรู้ยังอารัมมณะไจ้ ๆ ดาย อารัมมณะทัง ๖ มี รูปารมณะ สัททารมณะ คันธารมณะ รัสสารมณะ โผฏฐัพพารมณะ ธัมมารมณะ นี้เท่าเปนเหตุหื้อสัตทังหลายรู้ด้วยวิญญาณแล้วแล ฯ หื้อสัตทังหลายได้กทำยังกุสลกัมม์แลอกุสลกัมม์ไปไจ้ ๆ เปนเหตุหื้อสัตทังหลายได้เกิดได้ตายได้ต้องทุกข์โทสแลไภยยะไปในภว

๑๑. สงสารไปไจ้ ๆ ก็เพื่ออารัมมณะทัง ๖ แลวิญญาณทัง ๖ นี้ เหตุดั่งอั้น วิญญาณฐิติ ๗ นั้น เปนดั่งปลายไม้อันแหลม แลปลายหอกนั้นเพื่ออั้นแล ฯ ไนยะหนึ่ง อุปมาเปนดั่งแผ่นเหล็กแดงนั้นผิบ่มีเปนดั่งอั้น เปนดั่งใบหานนั้น เปนดั่งครุ่มหนามนั้น เปนดั่งขึ้นอยู่ปลายไม้อันสูงแล ลมพัดหวั่นไหวไปมาบ่ขาดสายนั้น ผิบ่มีเปนดั่งอั้น เปนดั่งอยู่เหนือเถียงอันท่านร่อนเข้านั้นแล เหตุใดแลว่าอันชาแท้แล เหตุว่าสัตทังหลายไปเกิดตั้งอยู่ในฐานะที่ ๗ แห่งนั้น เทียรย่อมได้ถูกต้องยังผัสสะแลเวทนาสัญญาอยู่ไจ้ ๆ บ่ขาดสาย หาความสุขบ่ได้สักวันสักยามแท้แล เหตุดั่งอั้นจิ่งได้ชื่อว่าเปนดั่งแผ่นเหล็กแดง แลแผ่นใบหาน แลครุ่มหนาม แลปลายไม้อันลมพัด แลเหนือเถียงเพื่ออั้นแล ฯ โยคี อันว่าโยคาวจร พุทฺธิมา อันผู้มีผะหยาอันสลาด วินิจโย ควรพิจารณดูเหงี่ยงดูวิญญาณฐิติทัง ๗ แห่งนั้น หื้อหันโทสแห่งผัสสะแลเวทนาสัญญานั้น หื้อหันเปนดั่งปลายไม้แหลมแลปลายหอกแลแผ่นเหล็กแดงแลใบหานเปนตั้นนั้นแท้เทอะ ก็จักได้ร่ำงับดับเสียยังกิเลสปาปธัมม์ทังมวรบ่อย่าชะแล วิญญาณฐิติก็แล้วแล ฯ นวสัตตวาสะ ทัง ๙ เพิงรู้ดั่งนี้ นวสัตตวาสะ อันว่าที่อยู่สัตทังหลายมี ๙ แห่ง คือว่า อรูปาวจรพรหม คือ พรหมอันหารูปบ่ได้ เท่ามีนามธัมม์หากตั้งอยู่นั้น ๑ อสัญญีพรหม คือ พรหมอันมีตัวแล

๑๒. หาใจบ่ได้นั้น ๑ รูปาวจรพรหม ๑ แลกามาวจร เทวโลก ๑ มนุสโลกเมืองคน ๑ นิริย นารก ๑ เผต อสุรกาย ๑ เปตวิไสย ๑ สัตตริจฉาน ๑ แล นวสัตตวาส อันว่าที่อยู่ ๙ แห่งนั้น อุปมาเปนดั่งป่าเรี่ยวผี ๙ แห่งนั้นแล ฯ ไนยะหนึ่ง เปนดั่งบ้านฮ่าง เมืองฮ่าง เวียงฮ่าง ๙ อันนั้นแล เหตใดแลว่าป่าเรี่ยวผีนั้นชาแท้แล เหตุว่าสัตทังหลายเกิดเปนในฐานะที่ ๙ แห่งนั้น เทียรย่อมตายในที่นั้น ชุตัวสัตดาย บ่ห่อนหมั้นเที่ยงอยู่ในที่นั้นสักตัวสัตแล เหตุดั่งอั้นในฐานะที่ ๙ แห่งนั้น จิ่งได้ชื่อว่าป่าเรี่ยวผีเพื่ออั้นแล ฯ เหตุดั่งอั้น โยคี อันว่าโยคาวจรผู้มีผะหยา วินจโย ควรพิจารณาดูเหงี่ยงดูหื้อถองหื้อแจ้ง ยังที่อยู่สัต ๙ แห่ง หื้อหันเปนดั่งป่าเรี่ยวผีนั้นแท้ แล้วก็จิ่งได้พ้นจากทุกข์จากโทสในภวสงสารเข้าสู่นิพพานเจ้า อันเปนสุขยิ่งกว่าสุขทังมวรนั้นแล สรุปโอกาสโลกอันเปนที่

๑๓. อยู่สัต ๙ แห่งแล้วเท่านี้ด้วยสังเขปไนยะก่อนแล ฯ ที่นี้จักจาด้วยปรมัตถสภาวธัมม์อันพระพุทธเจ้าตนเปนพญาแก่นักผาชญ์ทังหลาย หากปวัตติเทสนาไว้ว่าเปนปรมัตถสภาวธัมม์อันมีเที่ยงแท้นั้นแล ผู้มีผะหยาเพิงรู้ดั่งจักกล่าวไปพายหน้านี้เทอะ ฯ อันว่าปรมัตถสภาวธัมม์นั้น จักจาเปนรูปเปนนามมี ๒ จาเปนขันธ์มี ๕ จาเปนอายตนะมี ๑๒ แล จาเปนธาตุมี ๑๘ แขวดเปนโกฐากซากผีได้ ๓๒ จาเปนกองสังขารธัมม์ได้อันเดียว ๑ แล ฯ จาเปนรูปเปนนามมี ๒ เพิงรู้ดั่งนี้ นามรูปํ อันว่านามรูปคือว่าตนแลใจ อันนี้แล รูปํ คือได้รูปธัมม์ คือรูปอันนี้ อันว่ารูปนั้น คือได้อันรู้แตกรู้ม้างรู้สิบหายตายไปจิ่งได้ชื่อว่ารูปเพื่ออั้นแล ฯ นาม คือได้นามธัมม์ คือ ใจ อันนี้ ไนยะหนึ่งว่า นามธัมม์ คือได้อันรู้น้อมหน้าไปสู่อารัมมณะ รู้ชักอารัมมณะมาสู่ รู้คึดรู้คระนิงไจ้ ๆ จิ่งได้ชื่อว่านามธัมม์แล รูปธัมม์ คือตนแลใจอันนี้เท่าเปนบ่อเปนขุมแห่งทุกข์แห่งโทสทังมวร เปนเหง้าเปนเคล้าแห่งทุกข์แห่งโทสทังมวร อุปมาเปนดั่งตัวง้วนอันมีพิดทังมวรนั้นแล ฯ โยคาวจรผู้มีผะหยา จุ่งพิจารณาดูยังนามรูปอันเปนบ่อเปนขุมแห่งทุกข์แห่งโทสทังมวรนั้น หื้อ

๑๔. หันเปนดั่งตัวง้วนอันมีพิดทังมวรนั้นแท้เทอะ ก็เที่ยงจักได้พ้นจากอกุสลปาปธัมม์ทังมวรแล้ว ก็จักได้เข้าสู่นิพพานธัมม์เจ้า อันเปนสุขยิ่งกว่าสุขทังมวรนั้นแล จาด้วยนามรูป ๑๒ แล้วแล ฯ ขันธะ ทัง ๕ เพิงรู้ดั่งนี้ คือว่า รูปขนฺธ ๑ เวทนาขนฺธ ๑ สญฺญาขนฺธ ๑ สงฺขารขนฺธ ๑ วิญฺญาณขนฺธ ๑ ฯ รูปขันธะ ได้รูป ๒๘ จัดเปนปรมัตถะแท้ได้ตัวสัตทังมวรแล ฯ เวทนาขันธะ ได้เวทนาเจตสิกตัวเดียวแล ฯ (สัญญาขันธะ)ฯ สังขารขันธะ ได้เจตสิก ๕๐ ลูก อันยังหลอกว่าเวทนาแลสัญญานั้นแล ฯ วิญญาณขันธ ได้โลกิยจิต ๘๐ ลูกแล ฯ ขันธะทัง ๕ นั้น เหตุใดแลว่าขันธ์ทัง ๕ นั้นชา แท้แล เหตุว่าขันธะทัง ๕ เปนที่เกิดที่เปนแห่งทุกข์แห่งโทสทังมวร ไนยหนึ่ง เปนที่ตั้งอยู่แห่งทุกข์ คือ ชาติทุกข์ คือว่าทุกข์อันเกิดอยู่ในท้องแม่ ชราทุกข์ คือว่าทุกข์เถ้าค่ำชราถ่อยกำลัง พยาธิมรณทุกข์ คือทุกข์อันตายเปนต้นนั้นแล ฯ อันว่าโทสนั้น เหตุได้กทำกัมม์อันเปนบาปเปนโทส ตามอวิชชาตัณหามานะทิฏฐิแล้วเหตุได้ต้องทุกข์ต้องโทสหื้อได้เกิดได้ตายไปในภวะทัง ๓ ไจ้ ๆ มีนารกเปนต้นนั้นแล ไนยะหนึ่ง เปนภาชนะอันสู้(สุก หรือ ซุก)อันทรงยังโกฐากซากผีทังหลายมีมุตตอาจมเปนต้น จิ่งได้ชื่อว่าขันธะเพื่ออั้นแล ฯ โยคาวจรผู้มีผะหยา จุ่งพิจารณาดูยังขันธะทัง ๕ อันเปนที่เกิดที่เปนแห่งทุกข์ทังมวร เปนดั่งกล่าวมานั้นหื้อแจ้งแท้ ก็จักได้ร่ำงับดับเสียยังกิเลสปาปธัมม์ทังมวรชะแล สรุปขันธะทัง ๕ แล้วแล ฯ ทวาสายตนะ อันว่าอายตนะ ๑๒ เพิงรู้ดั่งนี้แล จกฺขาย

๑๕. ตน ๑ โสตายตน ๑ ฆานยตน ๑ ชิวฺหายตน ๑ กายายตน ๑ มนายตน ๑ รูปายตน ๑ สทฺทายตน ๑ คนฺธายตน ๑ รสายาตน ๑ โผฏฺฐพฺพายตน ๑ ธมฺมายตน ๑ แล ฯ จกฺขายตน ได้จักขุประสาทแล โสตายตน ได้โสตาประสาทแล ฆานายตน ได้ฆานประสาทแล ชิวฺหายตน ได้ชิวหาประสาทแล กายายตน ได้กายประสาทแล มนายตน ได้จิตทังมวรแล รูปายตน ได้รูปารมณะ สทฺทายตน ได้สัททารมณะ คนฺธายตน ได้คันธารมณะ รสายตน ได้รสารมณะ โผฏฺฐพฺพายตน ได้โผฏฐัพพารมณะ คือ ปถวีธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุแล ธมฺมายตน ได้ธัมมารมณะ ในที่ธัมมารมณะบ่เอาจิตเท่าเอาเจตสิก ๕๒ สุขุมรูป ๑๖ นิพพานแลปัญญัตติแล ฯ อันว่าอายตนะ ๑๒ นั้น เหตุใดแลว่าอายตนะนั้นชาแท้แล เหตุว่าเปนแดนที่ข้าเสิ้กรบกันตายแห่งธัมม์ทังหลาย คือว่าเปนที่ข้าที่รบกันตายแห่งอารัมมณะแลจิตแลเจตสิกนั้นแล ฯ อันว่าอารัมมณะทัง ๖ นั้น เข้ามาในทวารทัง ๖ มีจักขุทวารเปนต้นแล้วมาข้ารมาตีกันชิงกันไปมา หาสังเอาบได้เกลากันตายทังรูปทังนามบ่หลอสักตัวนั้นแล ฯ ไนยะหนึ่ง เปน

ที่ข้าที่รบกันตายไจ้ ๆ บ่ขาดสายแห่งกุสลธัมม์ทังหลายนั้น อุปมาเปนดั่งป่าเรี่ยวผีอันคนทังหลายเอาขอนผีไปเสียทังวันทังคืนบ่ขาดสายนั้น ฯ ไนยะหนึ่ง เปนดั่งข่วงเสิ้กพ่อเสิ้กทังหลายมาเกลารบกัน

๑๖. เกลาข้ายิงกันตายไปไจ้ ๆ บ่ขาดสายนั้น จิ่งได้ชื่อว่าอายตนะเพื่ออั้นแล ฯ ปุคคละผู้มักใคร่พ้นจากทุกข์ จุ่งพิจารณาดูยังทุกข์แลโทสแห่งอายตนะ ๑๒ หื้อหันเปนดั่งกล่าวมานั้น ก็จักได้เข้าสู่นิพพานดับทุกข์เสียชะแล สรุปอายตนะแล้วแล ฯ ธาตุ ๑๘ เพิงรู้ดั่งนี้แล จกฺขุธาตุ โสตธาตุ ฆานธาตุ ชิวฺหาธาตุ กายธาตุ มโนธาตุ รูปธาตุ สทฺทธาตุ คนฺธธาตุ รสธาตุ โผฏฺฐพฺพธาตุ ธมฺมธาตุ จกฺขุวิญฺญาณธาตุ โสตวิญฺญาณธาตุ ฆานวิญฺญาณธาตุ ชิวฺหาวิญฺญาณธาตุ กายวิญฺญาณธาตุ มโนวิญฺญาณธาตุ ฯ จกฺขุธาตุ ได้จักขุประสาท โสตธาตุ ได้โสตประสาท ฆานธาตุ ได้ฆานประสาท ชิวฺหาธาตุ ได้ชิวหาประสาท กายธาตุ ได้กายประสาท มโนธาตุ ได้มโนธาตุ ๓ ลูก คือ ปฏิจฉน ๒ ปญฺจทวาราวชน ๑ รูปธาตุ ได้รูปารมณะ สทฺทธาตุ ได้สัททารมณะ คนฺธธาตุ ได้คันธารมณะ รสธาตุ ได้รสารมณะ โผฏฺฐพฺพาธาตุ ได้โผฏฺฐัพพารมณะ คือ ปถวีธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุแล ธมฺมาธาตุ ได้ธัมมารมณะ คือ เจตสิก ๕๒ ลูก สุขุมรูป ๑๖ นิพพานปัญญัตติแล จกฺขุวิญฺญาณธาตุ ได้จักขุวิญญาณธาตุ ๒ ลูก โสตวิญฺญาณธาตุ ได้โสตวิญญาณ ๒ ลูก ฆานวิญฺญาณธาตุ ได้ ฆานวิญญาณ ๒ ลูก ชิวฺหาวิญฺญาณธาตุ ได้ชิวหาวิญญาณ ๒ ลูก กายวิญฺญาณธาตุ ได้กายวิญญาณ ๒ ลูก มโนวิญฺญาณธาตุ ได้มโนวิญญาณ ได้จิต ๑๖ ลูก อันยัง

๑๗. หลอกว่าทวิปัญจวิญญาณ ๑๐ แลมโนธาตุติก ๓ นั้นแล ฯ ธาตุ ๑๘ นี้ เหตุใดแลว่าธาตุนั้นชาแท้แล ธาตุ ๑๘ นั้น เหตุเปนที่ทรงทุกข์ทังมวรจิ่งได้ชื่อว่าธาตุแล ฯ ไนยะหนึ่ง เหตุเป่าจากสัตจากชีวิต เป่าจากเข้าจากของจากขวัรจิ่งได้ชื่อว่าธาตุเพื่ออั้นแล ฯ ไนยะหนึ่ง อุปมาเปนดั่งปุคคละผู้ช่างมายาลบเลี้ยวสับปะหลี้เหลาะแหละนั้นแล เหตุใดแลว่าอั้นชา แท้แล เหตุเป่าจากสัตต ปุคคละ อิตถี ปุริสะ มนุสสะ เทวา หาบ่ได้สักอันแล พ้อยเข้าใจว่าตนกูของกูว่าดีว่างาม ว่าหมั้นว่าเที่ยงว่ามีสุขมีแก่นมีสารนั้น จักเปนปรมัตถแท้หาบ่ได้สักอัน เท่าเปนที่ทรงทุกข์โทสทังมวรหาอันควรเอาเปนตนเปนของบ่ได้ เปนอันเป่าสุรเสียเสี้ยงทังมวร เหตุดั่งอั้นธาตุ ๑๘ ลูกนี้ จิ่งได้ชื่อว่าเปนดั่งปุคคละผู้ช่างมายาลบเลี้ยวสับปะหลี้เหลาะแหละเพื่ออั้นแลฯ ปุคคละผู้มีผะหยาจุ่งพิจารณาดูหื้อหันโทสแห่งธาตุ ๑๘ นั้นหื้อหันเปนดั่งกล่าวมานี้แท้ ก็เที่ยงจักได้เถิงสุขเปนดั่งคำผาถะนามักบ่อย่าชะแล สรุปธาตุ ๑๘ แล้วแล ฯ โกฐากซากผี ๓๒ เพิงรู้ดั่งนี้ เกสา โลมา นขา ทนฺตา ตโจ ฯลฯ มตฺถลุงฺคํ ดั่งนี้ เกสา อันว่าผม ปฏิกุลา ควรหน่าย โลมา อันว่าขน ปฏิกุลา ควรหน่าย นขา อันว่าเลบมือ ควรหน่าย ทนฺตา อันว่าเขี้ยว ควรหน่าย ฯลฯ มตฺถลุงฺคํ ออกออหัว ควรหน่ายแท้แล เหตุใดแลว่าโกฐากซากผีนั้นชา แท้แล เหตุว่าเปนเหยื่อเปนอาหารแห่งนอนน้อยหนอนใหญ่ทังหลาย หากทึ้นหาก

๑๘. คาบกินชุวันชุยามแล ในเมื่อตายไปแล้วก็เปนเหยื่อเปนอาหารแห่งสัตทังหลายตัวน้อยตัวใหญ่ มีต้นว่าหมาบ้านหมาป่าทังหลาย ผีปอบผี**สวายลอง**ทังหลาย หากมาคาบทึ้นกินบ่ขาดสายนั้นแล เหตุดั่งอั้นจิ่งได้ชื่อว่าโกฐากซากผี ๓๒ เพื่ออั้นแล ฯ ผู้มีผะหยาจุ่งพิจารณาดูหื้อแจ้งหื้อถองยังโกฐากซากผีทังหลายฝูงนี้แท้เทอะ สรุปโกฐากซากผี ๓๒ ก็แล้วแล ฯ อันว่ากองสังขารธัมม์นั้นเพิงรู้ดั่งนี้ สงฺขารา อันว่าสังขารธัมม์ คือว่า ธัมม์อันเกิดแต่เหตุแลผะไจมีอวิชชาตัณหาเปนต้น ธัมม์อันนั้นจิ่งได้ชื่อว่าสังขารธัมม์แล ฯ ไนยะหนึ่ง สงฺขารา อันว่าสังขารธัมม์ คือได้ธัมม์อันเปนเหตุแลผะไจ หากแต่งแปงแล้วจิ่งได้เกิดมาดั่งอั้น ธัมม์นั้นจิ่งได้ชื่อว่าสังขารธัมม์แล ฯ เหตุแลผะไจ คือหากได้อวิชชาตัณหาเปนต้นนั้นแล ฯ สงฺขารา อันว่าสังขารธัมม์อันเกิดแต่เหตุแลผะไจมีอวิชชาตัณหาเปนต้น ธัมม์

อันนั้นจิ่งได้ชื่อว่า สังขาร เพื่ออั้นแล ฯ ธัมม์อันใดเกิดแต่เหตุแลผะไจดั่งอั้น ธัมม์อันนั้นเปนอนิจจะบ่หมั้นบ่เที่ยงแล ธัมม์อันใดบ่หมั้นบ่เที่ยงธัมม์อันนั้นก็เปนทุกข์ ธัมม์อันใดเปนทุกข์ธัมม์อันนั้นก็บ่ใช่ตนบ่ใช่ของตน เหตุหาแก่นหาสารบ่ได้เปนอันเป่าอันสุรสิ้นทังมวรนั้นแล ฯ อันว่ากองสังขารธัมม์นั้นอุปมาเปนดั่งหุ่นยนต์อันผู้ช่างหากริจจะหนาแต่งแปงนั้นแล ฯ อันว่าอวิชชาตัณหาอุปาทานแลกัมม์นั้นอุปมาเปนดั่งช่างหุ่นยนต์นั้นแล เหตุว่าอวิชชาตัณหาอุปา–

๑๙. ทานแลกัมม์ อันเปนบาปแลเปนบุญนั้น ก็เหตุผะไจแต่งแปงหื้อกองสังขารธัมม์เกิดเปนไปในภวะทัง ๓ ไจ้ ๆ ได้ต้องทุกข์ต้องโทสแลท้องไภยะในสงสารหาผะหมานบ่ได้ เพื่ออชวิชาตัณหาอุปาทานแลกัมม์หากแต่งแปงริจจะหนาหื้อเกิดหื้อเปนนั้นแล ฯ โยคี อันว่าโยคาวจร พุทฺธิมา ผู้มีผะหยาอันสลาด วินิจโย ควรพิจารณาดู ปรมตฺถธมฺมํ ยังปรมัตถสภาวธัมม์ ตั้งแต่นามรูปเปนเคล้าถราบต่อเท้ากองสังขารเปนปริโยสาน หื้อแจ้งหื้อถองแท้ หื้อรู้หื้อหันเปนดั่งกล่าวมานั้นแท้ หน่ายเสียไจ้ ๆ ก็เที่ยงจักได้เข้าสู่เวียงแก้วอันเปนสุขยิ่งกว่าสุขทังมวรแท้บ่อย่าชะแล สรุปปรมัตถสภาวธัมม์อันเปนสังเขปไนยะแล้วแล ฯ ส่วนอันว่าสัจจะธัมม์ทัง ๔ ผู้มีผะหยาเพิงรู้ดั่งนี้เทอะ จตฺตาริ อริยสจฺจานิ ทุกฺขํ อริยสจฺจํ ทุกฺขสมุทฺทยํ อริยสจฺจํ ทุกฺขนิโรธํ อริยสจฺจํ ทุกฺขนิโรธคามินิปฏิปทา อริยสจฺจนฺติ ฯ ส่วนอันว่าอริยสัจจะธัมม์ทัง ๔ คือว่า ทุกฺขสจฺจ สมุทฺทยสจฺจ นิโรธสจฺจ มคฺคสจฺจ ดั่งนี้แล ล้ำอริยสัจจะธัมม์ทัง ๔ นั้น ปญฺจปาทานขนฺธา อันว่าอุปาทานขันธะ ๕ อัน คือว่า รูปขนฺธ เวทนาขนฺธ สญฺญาขนฺธ สงฺขารขนฺธ วิญฺญาณขนฺธ อันหย้อเปนนามรูป ๒ อันเกิดเปนกองทุกข์ เปนที่ตั้งอยู่แห่งทุกข์ทังมวรมีต้นว่าชาติทุกข์ ชราทุกข์ พยาธิทุกข์ มรณาทุกข์ นั้น ได้ชื่อว่าทุกขสัจจะ เหตุมีสภาวอันรู้เปนทุกข์ด้วยทุกข์ คือ ทุกขเวทนา

๒๐. อันบีบเบียนหื้อลำบากในตนในใจบ่ขาดสายสักยามด้วยปริณามทุกข์ คือ ทุกข์อันได้สัมปัตติสุขแล้วแลสิบหายเสียเล่านั้น ด้วยสังขารทุกข์ คือ ทุกข์อันเกิดอันดับแตกม้างแห่งสังขารธัมม์หากบีบเบียนไจ้ ๆ บ่ขาดสายนั้นแล ฯ ติวิธา ตณฺหา อันว่าตัณหา ๓ ผะการ คือว่า กามตัณหา อันยินดีแล กัตติข้องในอารัมมณะ ทังหลาย ๖ อัน คือว่า รูปารมณะ สัททารมณะ คันธารมณะ รสารมณะ โผฏฐัพพารมณะ ธัมมารมณะ อันมักอันเพิงใจนั้นแล ฯ ภวตัณหา อันกัตติยินดีเซิ่งขันธะ ๕ อันเกิดเปนไปในภวะนั้นด้วยสัสสตทิฏฐิอันเข้าใจว่าตนอันนี้หมั้นเที่ยงบ่รู้ดับหายเสีย เมื่อตายจากภวะอันนี้ ก็ย้ายไปสู่ภวะอันหน้านั้น บ่ดับเสียในภวะอันนี้นั้นแล ฯ วิภวตัณหา อันกัตติยินดีเซิ่งอันดับหายเสียบ่เกิดเปนไปในภวะเล่าแห่งตนอันนี้ ด้วยอุจเฉททิฏฐิอันเข้าใจว่าตนอันนี้เมื่อตายจากภวะอันนี้แล้วก็ดับหายเสีย บ่ไปเกิดในภวะพายหน้าเล่า อันว่าภวะอันดับหายเสียแห่งตนอันนี้นั้น เปนสันตปณีตดีนักนั้นแล ฯ ตัณหา ๓ ผะการนี้ได้ชื่อว่า สมุททยสัจจะ เหตุมีสภาวะอันเปนเหตุเปนผะไจหื้อทุกขสัจจะ คือขันธะทัง ๕ เกิดเปนในภวัไจ้ ๆ นั้นแล เอตํนิพฺพานํ อันว่านิพพานอันเดียว อันมีอัตถะออกจากตัณหา คือว่า อเสสวิราคานิโรโธ อันดับด้วยอริยมัคคญาณบ่เสสะหลอยังตัณหานั้น จาโค อันสละเสียยังตัณหานั้น ปฏินิสฺสโค อันทอดเสียยังตัณหานั้น มุตฺติ อันพ้นคลาดจากตัณหานั้น อนริโย อันหาอา

๒๑. ไล บ่ได้แห่งตัณหานั้นแล นิพพานอันอัตถะดั่งนี้แล ได้ชื่อว่านิโรธสัจจะเหตุมีสภาวอันหื้อดับหายเสียบ่เกิดเปนไปยังทุกขสัจจะคือขันธะทัง ๕ นั้นแล ฯ อฏฺฐงฺคิโก มคฺโค อันว่ามัคคอันผะกอบด้วยองค์ ๘ อัน อันเปนเข้าขออริยมัคคญาณ คือว่า สมฺมาทิฏฺฐิ คือ ผะหยาอันหันด้วยดีด้วยชอบยังสภาวะอันเปนทุกข์แห่งขันธะทัง ๕ นั้นแล , สมฺมาสงฺกปฺโป คือ วิตักกะอันยกยังจิตตั้งไว้ใน

อารัมมณะด้วยดีด้วยชอบนั้นแล , สมฺมาวาจา คือ เจตนาอันมักกล่าวถ้อยคำอันดีด้วยชอบคือเว้นจากทุจริตนั้นแล , สมฺมากมฺมนฺโต คือ เจตนาอันมักกทำกัมม์ด้วยดีด้วยชอบ คือเว้นจากกายทุจริตนั้นแล , สมฺมาอาชีโว คือ เจตนาอันมักเลี้ยงชีวิตด้วยดีด้วยชอบ คือเว้นจากเสียยังอันเอาผะไจอันได้บ่ชอบมาเลี้ยงตนนั้นแล สมฺมาวายาโม คือ เจตนาอันมักกทำเพียรด้วยดีด้วยชอบ คือมักกทำเพียรเพื่อละเสียยังอกุสลธัมม์แลเพื่อหื้อบังเกิดยังกุสลธัมม์นั้นแล, สมฺมาสติ คือ สติอันระนึกรู้อารัมมณะด้วยดีด้วยชอบคือตั้งอยู่หมั้นในอารัมมณะอันควรระนึกรู้นั้นแล , สมฺมาสมาธิ คือ สัมมาธิอันตั้งอยู่หมั้นแห่งใจในอารัมมณะด้วยดีด้วยชอบ คือตั้งอยู่เปนอันเดียวแห่งใจในอารัมมณะอันควรตั้งอยู่นั้นแล ฯ มคฺคญาณลูกผะกอบด้วยองค์ ๘ อันดั่งนี้ได้ชื่อว่ามัคคสัจจะ เหตุมัคคญาณลูกนั้นก็จะลอดก็ผ่ายังอวิชชาอันกั้งเสียยังสัจจะธัมม์นั้น หื้อแตกหื้อหวะไปแล้วก็หันยังทุกขสัจจะคือขันธะ ๕ อันเปนทุกข์ด้วยคำว่า อันนี้เปนทุกข์

๒๒. บ่ใช่เปนสุขหนอว่าอั้นแล้ว ก็ตัดหื้อขาดเสียยังสมุทฺทยสัจจะคือตัณหานั้นแล้ว หื้อเถิงยังนิโรธสัจจะคือภาวะอันดับตัณหานั้นแล ฯ ทุกฺขสจฺจสฺส ปิฬนฏฺโฐ สงฺขาตฏฺโฐ สนฺตาปฏฺโฐ วิปริณามฏฺโฐ ส่วนอันว่าทุกขสัจจะมีอัตถะ ๔ อัน คือว่า ปิฬนฏฺโฐ มีสภาวอันบีบเบียนด้วยทุกข์ไจ้ ๆ , สงฺขาตฏฺโฐ มีสภาวอันผะไจหากหื้อแต่งแปงหื้อเกิดเปนแล , สนฺตาปฏฺโฐ มีสภาวอันร้อนไหม้ด้วยทุกข์ด้วยโทสมากนักแล , วิปริณามฏฺโฐ มีสภาวอันรู้ปิ้นแปรด้วยชรามรณะนั้นแล ทุกขสัจจะมีอัตถะ ๔ อันดั่งนี้แล ฯ สมุทฺทยสจฺจสฺส นิทานฏฺโฐ อายุหนฏฺโฐ สํโยคฏฺโฐ ปลิโพธฏฺโฐ ส่วนอันว่าสมุทฺทยสัจจะมีอัตถะ ๔ อัน คือว่า นิทานฏฺโฐ มีสภาวะอันเปนเหตุเปนผะไจอันหากหื้อเกิดเปนทุกข์แห่งทุกขสัจจะนั้นแล , อายุหนฏฺโฐ มีสภาวะอันหอมหยับยังทุกขสัจจะนั้นแล , สํโยคฏฺโฐ มีสภาวอันผะกอบด้วยทุกขสัจจะนั้นแล , ปลิโพธฏฺโฐ มีสภาวอันปลิโพธติดข้องในทุกขสัจจะนั้นแล สมุทฺทยสัจจะมีอัตถะ ๔ อันดั่งนี้แล ฯ นิโรธสจฺจสฺส นิสฺสรณฏฺโฐ วิเวกฏฺโฐ อมตฏฺโฐ อสงฺขาตฏฺโฐ ส่วนอันว่านิโรธสัจจะมีอัตถะ ๔ อัน คือว่า นิสฺสรณฏฺโฐ มีสภาวะอันออกจากทุกขสัจจะนั้นแล, วิเวกฏฺโฐ มีสภาวะอันสงัดจากทุกขสัจจะนั้นแล , อมตฏฺโฐ มีสภาวะอันบ่รู้ตายนั้นแล , อสงฺขาตฏฺโฐ มีสภาวะ

๒๓. อันหาผะไจแต่งแปงบ่ได้แล นิโรธสัจจะมีอัตถะ ๔ อันดั่งนี้แล ฯ มคฺคสจฺจสฺส นิยฺยานฏฺโฐ เหตฏฺโฐ ทสฺสนฏฺโฐ อธิปเตยฺยฏฺโฐ ส่วนอันว่ามัคคสัจจะมีอัตถะ ๔ อัน คือว่า นิยฺยานฏฺโฐ มีสภาวะอันนำออกจากทุกขสัจจะนั้นแล เหตฏฺโฐ มีสภาวะอันเปนเหตุหื้อได้เถิงยังนิโรธสัจจะนั้นแล, ทสฺสนฏฺโฐ มีสภาวะอันหันอันรู้นั้นแล , อธิปเตยฺยฏฺโฐ มีสภาวะอันเปนใหญ่เปนผะธานในอันหันอันรู้นั้นแล มัคคสัจจะมีอัตถะ ๔ อันดั่งนี้แล ฯ พาธนลกฺขณํ ทุกฺขสจฺจํ สนฺตาปนรสํ ปวตฺติปจฺจุปฏฺฐานํ ส่วนอันว่าทุกขสัจจะนั้น พาธนลกฺขณํ มีอันลำบากเหตุทุกข์เบียนนั้นเปนลักขณะ สนฺตาปนรสํ มีกริยาอันร้อนไหม้ด้วยทุกข์ด้วยโทสนั้นเป็นกิจจะ ปวตฺติปจฺจุปฏฺฐานํ ผากฏด้วยอันเปนไปในนั้นแล ฯ ปภลกฺขณํ สมุทฺทยสจฺจํ อนุปจฺเฉทกรณรสํ ปลิโพธปจฺจุปฏฺฐานํ ส่วนอันว่าสมุทฺทยสัจจะนั้น ปภลกฺขณํ มีอันเปนบ่อเปนขุนแห่งทุกขสัจจะนั้นเปนลักขณะ, อนุปจฺเฉทกรณรสํ มีกริยาอันกทำบ่ขาดเสียยังทุกขสัจจะนั้นเปนกิจจะ, ปลิโพธปจฺจุปฏฺฐานํ ผากฏด้วยอันปลิโพธติดข้องในทุกขสัจจนั้นแล ฯ สนฺติลกฺขณํ นิโรธสจฺจํ อจฺจุตฺติรสํ อนิมิตฺตปจฺจุปฏฺฐานํ ส่วนอันว่านิโรธสัจจะนั้น สนฺติลกฺขณํ มีลักขณอันร่ำงับดับเสียยังทุกข์แลโทสไภยยะนั้นเป็นลักขณะ อจฺจุตฺติรสํ มีกริยาอันบ่ตายนั้นเปนกิจจะ อนิมิตฺตปจฺจุปฏฺฐานํ

๒๔. ผากฏด้วยอันหานิมิตอันกดหมายบ่ได้นั้นแล ฯ นิยฺยานลกฺขณํ มคฺคสจฺจํ กิเลสปหานกรณรสํ วุฎฺฐปจฺจุปฏฺฐานํ ส่วนอันว่ามัคคสัจจะนั้น นิยฺยานลกฺขณํ มีอันนำออกจากโลกนั้นเปนลักขณะ, กิเลสปหานกรณรสํ มีกิริยาอันกทำละเสียยังกิเลสนั้นเปนกิจจะ, วุฎฺฐานปจฺจุปฏฺฐานํ ผากฏด้วยอันออกจากกิเลสแลปัญจขันธะนั้นแล ฯ สจฺจธมฺโม คมฺภีโร ทุทฺทโส ทุรานุโพโธ สจฺจธมฺโม อันว่าอริยสัจจะธัมม์ ๔ อันนี้, คมฺภีโร เปนอันเลิกสุขุมานนัก, ทุทฺทโส อันจักรู้จักหันก็ยากนัก, ทุรานุโพโธ อันจักถรัสรู้ตามอันได้ฟังนั้นก็ยากนัก บ่เปนที่จระเดินไปรอดไปเถิงแห่งความวิตกวิจารนั้น เท่าควรปุคคละอันเปนบัณฑิตหากถรัสรู้ด้วยอันได้ฟังยังธัมมเทสนาพระพุทธเจ้านั้นก็ดี ด้วยอันได้จำเริญภาวนายังวิปัสสนานั้นก็ดี อันวิปัสสนาญาณมัคคญาณหากเกิดเปนนั้นแล ฯ ส่วนอันว่าปุคคละตนมีอริยสัจจธัมม์ทัง ๔ หากได้หันแล้วนั้น มีที่เกิดหากได้แล้วในสาสนาพระพุทธเจ้านี้ มีสภาวะอันบ่ได้ตกอบายทัง ๔ นั้น อันเปนที่สิบหายนั้น เท่ามีสุคคติคือมนุสโลกเทวโลกเปนที่ไปเกิด เที่ยงมีกิริยาอันไปสู่นิพพานเปนอันบ่กับคืนมาด้วยแท้ เปนดั่งครระแสแม่น้ำอันไหลไปสู่น้ำมหาสมุทท เปนอันบ่กับคืนมาสักวันสักยามนั้นแล ฯ เหตุดั่งอั้น ปณฺฑิโต อันว่าปุคคละผู้มีผะหยาจุ่งหาความผะหมาทบ่ได้แล้ว ปฏิบัตภา

๒๕. วนาไปไจ้ ๆ ในกาลทุกเมื่อ เพื่อหื้อได้ถรัสยังอริยสัจจะทัง ๔ ด้วยดั่งพระพุทธเจ้าหากปวัตติเทสนานั้นเทอะ สจฺจนิเทโสนิฎฺฐิโต ฯ สีลวิสุทฺธิ ได้ วิรติ ๓ นั้น เปนสีลขันธะ สีลขันธะนั้นเปนกัมมปถะ ๑๐ กัมมปถะ ๑๐ นั้น เปนสีล ๕ สีล ๘ แห่งคนครระหัส แลเปนสีล ๑๐ แห่งสามเณรเปนจตุปริสุทธสีล ๔ หมู่แห่งเจ้าภิกขุแล สีลขันธะนั้นปงลงในขันธะ ๕ ได้สังขารขันธะแล ปงลงในอายตนะ ๑๒ ได้ธัมมายตนะห้องนามะแล ปงลงในธาตุ ๑๘ ได้ธัมมธาตุห้องนามะแล ปงลงในสัจจะทัง ๔ ได้ทุกขสัจจะ สมุททยสัจจะ นิโรธสัจจะ มัคคสัจจะแล ส่วนอันว่ากถาถ้อยคำอันเปนเหตุหื้อบังเกิดกุสลธัมม์ทังหลาย มีสัทธา ปัญญาเปนต้นมีสิบผะการ ผู้มีผะหยาเพิงรู้ดั่งนี้เทอะ ฯ อปฺปิจฺฉกถา สนฺตุฎฺฐีกถา สลฺเลขกถา ปวิเวกกถา วิริยารมฺภกถา สีลกถา สมาธิกถา ปญฺญากถา วิมุตฺติกาถา วิมุตฺติญาณทสฺสนกถา ติทสฺสวิธากถา วตฺถูนิ ส่วนอันว่ากถาถ้อยคำอันเพิงกล่าว มี ๑๐ ผะการ คือว่า อปฺปิจฺฉกถา อันจาเถิงอันมักน้อย อันมักมากในของบิระโภคทังมวร สนฺตุฎฺฐีกถา ถ้อยคำอันจาเถิงอันสันโดสเพิงใจในลาภะมีต้นว่าผ้าจีวรแล

๒๖. เข้าบิณฑิบาตอันเกิดแก่ตนด้วยอันตามหาได้นั้นแล, ๒ สลฺเลขกถา ถ้อยคำอันจาเถิงอันเครื้ยนเสียยังกิเลสทังหลายมีโลภะโทสะโมหะเปนต้น, ๓ ปวิเวกกถา ถ้อยคำอันจาเถิงอันอยู่สงัดตนสงัดใจสงัดจากกามทังหลาย, ๔ วิริยรมฺภกถา ถ้อยคำอันจาเถิงอันผารมเซิ่งเพียรในสมถภาวนาแลวิปัสสนาภาวนา, ๕ สีลกถา ถ้อยคำอันจาเถิงสีล คือจาเถิงจาริตตะแลวาริตตะ, ๖ สมาธิกถา ถ้อยคำอันจาเถิงสมาธิอันตั้งหมั้นบ่ฟุ้งซว่านหวั่นไหวแห่งใจ, ๗ ปญฺญากถา ถ้อยคำอันจาเถิงปัญญาอันถรัสรู้หันยังสภาวธัมม์ คือรู้หันสภาวอันเปนธาตุหาสัตตะชีวะบ่ได้แลสภาวะอันเปนอนิจจะทุกขะอนัตตาอสุภะแห่งรูปธัมม์นามธัมม์, ๘ วิมุตฺติกถา ถ้อยคำอันจาเถิงภาวะอันว่างสว่างเสียยังรูปธัมม์นามธัมม์ ด้วยคำว่าเปนอนิจจะทุกขะอนัตตา, ๙ วิมุตฺติญาณทสฺสนกถา ถ้อยคำอันจาเถิงญาณอันรู้อันหันภาวะอันว่างสว่างเสียยังรูปธัมม์นามธัมม์ว่า กูว่างสว่างเสียยังรูปธัมม์นามธัมม์ด้วยอันบ่กัตติมักรักข้องแล ๑๐ กถาถ้อยคำวัตถุสิบผะการฝูงนี้ เปนเหตุหื้อบังเกิดกุสลธัมม์ทังหลาย มีสัทธาปัญญาเปนต้นแก่ปุคคละทังหลายดีหลีแล พิจารณากถาวัตถุสิบผะการก็แล้วเท่านี้ก่อนแล ฯ ส่วนอันว่าธัมม์อันชำระกิเลสสปาปธัมม์อันกทำหื้อหมุ่นหมองแล กทำหื้อเปนอนตรายสิบหายเสียยังผะ

๒๗. โยชนะอันวิเสสแก่ปุคคละทังหลายนั้น ผู้มีผะหยาเพิงรู้ดั่งนี้เทอะ ฯ สีเลนทุจฺจริตฺตสํ กิเลสฺสวิโสธนํ ปุคคละก็ได้จำเริญละเสียยังปาปธัมม์อันหื้อหม่นหมอง คือทุจริตอันกทำเปนบาปเปนโทสด้วยปากด้วยใจนั้น หื้อปาปธัมม์อันหื้อหม่นหมองบัวริสุทธ์ด้วยสีลแล มักว่าสีลก็ชำระเสียยังทุจริตอันเปนบาปเปนโทสหื้อหม่นหมองนั้นแล ฯ สมาธินา ตณฺหาสํ กิเลสฺสวิโสธนํ ปุคคละก็ได้ชำระเสียยังปาปธัมม์อันหื้อหม่นหมอง คือตัณหาอันกัตติยินดีมักรักข้องในอารัมมณะทัง ๖ นั้น หื้อบัวริสุทธ์ด้วยสมาธิแล มักว่าสมาธิก็ชำระเสียยังตัณหาอันหื้อหม่นหมองนั้นแล ฯ ปญฺญาย ทิฏฺฐิสํ กิเลสวิโสธนํ ปุคคละก็ได้ชำระเสียยังปาปธัมม์อันหม่นหมอง คือทิฏฐิอันเข้าใจผิดสภาวธัมม์นั้น หื้อบัวริสุทธ์ด้วยปัญญาแล มักว่าปัญญาก็ชำระเสียยังทิฏฐิอันหม่นหมองนั้นแล ในเมื่อราคะจิตเกิดกัตติยินดีเซิ่งรูปกายแห่งตนแห่งท่าน มีรูปกายแห่งผู้ญิงเปนต้นนั้น ภิกขุควรร่ำเพิงอสุภมนสิการว่าดั่งนี้ มิหฺเห กิมิจกาโย ยํ อสุจิมฺหิ สมฺพิโต อนฺโต อสุจิสมฺปนฺโน ปุณฺณวจฺจกุฏฺฐิ วิย อสุจิสนฺทเต นิจฺจํ ยถา เมทกถาลิกา นานากิมิวกุลาวาโส ปกจนฺทนิกา วิย คณฺฑภูโต โรคภูโต วณฺณภูโต สมุจฺฉโย อเตกิจฺโจ ติเชคุจฺโฉ ปภินฺนํ คุณปโม ดั่งนี้แล ฯ อยํ กาโย อันว่าตนอันนี้ อสุจิมฺหิ

๒๘. สมฺพิโต เกิดมาในกองอสุจิโสกโครกแห่งแมง มิหเห กิมิจ เปนดั่งหนอนอันเกิดในกองอาจมนั้น อนฺโต อันว่าพายในมันนี้ อสุจิสมฺปนฺโน เตมไปด้วยอสุจิโสกโครก ปุณฺณวจฺจกุฏฺฐิ วิย เปนดั่งขุมกุฏฐิวิจอันเตมไปด้วยอาจมนนั้น อยํ กาโย อันว่าตนอันนี้ อสุจิสนฺทเต นิจฺจํ มีน้ำอสุจิโสกโครกไหลออกแต่ทวารทัง ๙ บ่ขาดสักยาม ยถา เมทกถาลิกา เหมือนดั่งไหน้ำอันไหลออกบ่ขาดสายนั้น อยํ กาโย อันว่าตนอันนี้ นานากิมิวกุลาวาโส เปนที่อยู่แห่งขะกูลหนอนต่าง ๆ ปกจนฺทนิกา วิย เปนดั่งสึกหมากอันเน่านั้น อยํ กาโย อันว่าตนอันนี้ คณฺฑภูโต เปนที่เกิดแห่งตุ่มน้อยตุ่มใหญ่ทังหลาย โรคภูโต เปนที่เกิดแห่งพยาธิทังหลาย วณฺณภูโต เปนที่เกิดแห่งฝีทังหลาย สมุจฺสโย อันรู้ไคล่รู้พองขึ้น อเตกิจฺโจ บ่เยายาได้ อติเชคุจฺโฉ อันควรกิเลียดนัก ปภินฺนํคุณฺมุปโม อุปมาเปนดั่งซากผีตายอันแตกหวะนั้นแล ว่าดั่งนี้เทอะ ฯ คันว่าร่ำเพิงอสุภมนสิการ ดั่งนี้ อันว่ากิเลสทังหลาย คือกามฉันทะ กามราคะ กามสังกัปปะนั้น ก็ร่ำงับดับเสียพลันนักชะแล เมื่อใจมักอยู่ผะหมาทบ่ยินดีเซิ่งอันกทำเพียรคือภาวนา เท่าไปยินดีเซิ่งกิจจะอารัมมณะอันอื่น บ่ยินดีเซิ่งกัมมัฏฐานอารัมมณะบ่หยั่งบ่จมลงในกัมมัฏฐานนั้น ฯ โยคาวจร ภิกขุควรสอนตนสอนใจหื้อยินดีเซิ่งอันกทำเพียร คือภาวนาหื้อติด

๒๙. เอากัมมัฏฐานเปนอารัมมณะหื้อหยั่งหื้อจมลงในกัมมัฏฐานด้วยสัมมาปัญญาว่าดั่งนี้ โภ ดูกราท่าน ตวํ ปน อันว่าท่านนี้ อันมารคือราคาทิกิเลสหากผูกด้วยเชือกอันแล้วด้วยเหล็กคือตัณหาแล ขังไว้ในคอกอันแล้วด้วยผาการเหล็กคืออวิชชาแล มารผู้มายาคดเลี้ยวคือทิฏฐิหากมาเล้าโลมท่านเยียะเปนดั่งมิตรสหายนั้นแล หื้อท่านยินดีด้วยเครื่องเหล้น ๖ ผะการ คืออารัมมณะทัง ๖ คือว่า รูปารมณะ สัททารมณะ คันธารมณะ รสารมณะ โผฏฐัพพารมณะ ธัมมารมณะ อันถูกเนื้อเพิงใจนั้นแล้วก็กทำร้ายแก่ท่านด้วยเครื่องข้าอาวุทธ์หลายผะการต่าง ๆ คือ ชาติ อันเปนทุกข์แก่ตนแก่ใจ ชรา อันเถ้าอันค่ำแก่ตนแก่ใจ พยาธิ อันบีบเบียนหื้อลำบากแก่ตนแก่ใจ มรณะ อันม้างเสียยังตนยังใจ โสกะอันร้อนอันไหม้ในใจ ปริเทวะ อันไห้เรรนแก่ตนแก่ใจ ทุกขํ อันยินทุกข์ร้ายแก่ตนแก่ใจ โทมนสฺส อันยินร้ายแก่ใจ อุปฺปายาส อันคั่งแค้นคาใจอันหนีบเตงใจนั้น หื้อท่านได้เสวยทุกข์อันมากในกาลทุกเมื่อหาสุขบ่ได้สักยามบ่ว่ามีรือ ดูราท่านผู้ใบ้ไร้ผะหยา ในเมื่อมารผู้ขังท่านไว้แลกทำร้ายแก่ท่านสันนี้ เหตุใดท่านพ้อยกับตามมารผู้มายาแลยินดีเซิ่งเครื่องเหล้นแห่งมารแล อยู่ผะหมาทบ่กทำเพียรปองตัดปอง

ม้างยังเชือกมารคอกมารอันผูกตนขังตนไว้นั้น หื้อได้หื้อพ้นจากบ่วงค้องคอกขังแห่งมารนั้นชา กริยาอันอยู่ผะหมาทนั้น

๓๐. เปนอันถ้วนบ่ควรแก่ท่านแล ดูราท่านผู้บ่พ้นจากบ่วงค้องคอกขังแห่งมาร ท่านอย่าได้กับตามมารผู้มายาคดเลี้ยวแล ยินดีเซิ่งเครื่องเหล้นแห่งมารแล อยู่ผะหมาทสักวันสักยามเทอะ ฯ ท่านจุ่งบังเกิดสติปัญญาแขวดกฎหมายรู้หันยังกริยาอันมารผูกตนขังไว้แล มาเล้าโลมหื้อยินดีด้วยเครื่องเหล้น ๖ ผะการแล้ว ก็จักกทำร้ายแก่ตนหื้อได้เสวยทุกข์มากนักนั้นแล ท่านจุ่งผารมกทำเพียรปองตัดปองม้างยังเชือกมารคอกมาร คืออวิชชาตัณหาอันผูกตนขังไว้นั้น หื้อขาดหื้อหลุไปด้วยกำลังคือเพียรอันผารมดีนักด้วยพร้าแลขวานอันแล้วด้วยแก้ววชิรเพกอันกล้าคม คือสมถภาวนาแลวิปัสสนาภาวนาอันพระพุทธเจ้าตนมีมหากรุณาอินดูยังสัตตโลกอันมารหากผูกขังไว้ ก็มาเทสนาสั่งสอนแก่สัตตโลกนั้นหื้อได้พ้นจากบ่วงค้องคอกขังแห่งมารพลันนักเทอะ กริยาอันบ่พ้นจากบ่วงค้องคอกขังแห่งมารนี้เปนทุกข์เปนไภยยะนักแล กริยาอันพ้นจากบ่วงค้องคอกขังแห่งมารนั้นเปนสุขหาทุกข์บ่ได้หาไภยยะบ่ได้แท้แล ท่านหาความผะหมาทบ่ได้มีปกติอันผารมเพียรในสมถภาวนาแลวิปัสสนาภาวนาในกาลทุกเมื่อจุ่งมีเทอะ ฯ โยคาวจร ภิกขุควรสอนตนสอนใจตนด้วยสัมมปัญญาดั่งนี้ ยังใจตนหื้อหาความผะหมาทบ่ได้ มีปกติอันผารมเพียรในสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา ภาวนาด้วยสมถะอันเปนกัมมัฏฐานเปนอารัมมณะในกาลทุกเมื่อเพื่อหื้อได้

๓๑. ได้พ้นจากบ่วงค้องคอกขังมารนั้นเทอะ ฯ ภควา อันว่าพระพุทธเจ้าก็เทสนาว่าดั่งนี้ ผนฺทนํ จปลํ จิตฺตํ ทุรกฺขํ ทุนฺนิวารยํ อุชุํ กโรติ เมธาวี อุสุกาโรว เตชนํ ดั่งนี้, จิตฺตํ อันว่าใจนี้, ผนฺทนํ รู้หวั่นไหวไปมา, จปลํ รู้แผผวรไปมา, จิตฺตํ อันว่าใจตน, ทุรกฺขํ เปนอันรักสายาก, ทุนฺนิวารยํ เปนอันห้ามยากนักแล, เมธาวี อันว่าผู้มีผะหยา, อุชุํกโรติ ก็กทำหื้อซื่อ คือสอนหื้อตั้งอยู่ในคองดีบ่หื้อหวั่นไหวแผผวรไปมา, อุสุกาโรว เปนดั่งช่างดัดปืน, อุชุํ กโรติ ก็กทำดัดหื้อซื่อ, เตชนํ ยังปืนนั้นแล ฯ วาริโชว ถเล ขิตฺโต โอกโมกตมุพฺภโต ปริผนฺทติทํ จิตฺตํ มารเธยฺยํ ปหาตเว ดั่งนี้ อิทํ จิตฺตํ อันว่าใจอันนี้, โยคินา อันว่าโยคาวจรผู้กทำเพียร, อุพฺภโต หากยกออก, โอกโมกตํ จากอารัมมณะอันเปนที่อยู่ที่ไปนั้น, ขิตฺตํ ทอดไป, กมฺมฏฺฐาเน ในกัมมัฏฐาน, ปหาตเว เพื่อกำจัดตัดเสีย, มารเธยฺยํ ยังเชือกมารอันผูกตนนั้น ปริผนฺทติ ก็หวั่นไหวผัดแผไปมา, วาริโชว เปนดั่งปลา, ชเนน อันคน, อุพฺภโต หากยกออก, โอกโมกตํ จากน้ำอันเปนที่อยู่ที่ไปนั้น, ขิตฺโต ทอดไป, ถเล ในที่บก, ปริผนฺทติ ก็เต้นติงไปมานั้นแล ฯ ทุนฺนิคฺคหสฺส ลหุโน ยตฺถ กามนิปาติโน จิตฺตสฺส ทมโถ สาธุ จิตฺตํ ทนฺตํ สุขาวหํ ดั่งนี้ ทมโถ อันว่ากริยาอันสอนดี, จิตฺตสฺส ยังใจ, ทุนฺนิคฺคหสฺส จักข่มก็ยาก, ลหุโน อันไปพัน, ยถา กามนิ

๓๒. ปาติโน อันรู้เต้นไปมาในอารัมมณะตามอันชักนั้น, สาธุ เปนอันดีนักแล, จิตฺตํ อันว่าใจ, ทนฺตํ อันสอนดี, สุขาวหํ ก็นำมายังสุขแล ฯ สุทุทฺทสํ สุนิปุณฺณํ ยถา กามนิปาตินํ จิตฺตํ รกฺเขถ เมธาวี จิตฺตํ คุตฺตํ สุขาวหํ ดั่งนี้ เมธาวี อันว่าผู้มีผะหยา, รกฺเขถ เพิงรักสา, จิตฺตํ ยังใจ, สุทุทฺทสํ อันจักรู้จักหันยากนัก , สุนิปุณฺณํ อันอ่อนสุขุมานนัก, ยถา กามนิปาตินํ อันรู้เต้นไปในอารัมมฯะตามอันมักนั้นแล, จิตฺตํ อันว่าใจ, คุตฺตํ อันรักสาดี, สุขาวหํ ก็นำมายังสุขแล ฯ ทุรํ คามํ เอกจรํ อสรีรํ คูหาสยํ เย จิตฺตํ สญฺญเมสฺสนฺติ โมกฺขนฺติ มารพนฺธนา ดั่งนี้ว่า โยปุคฺคโล(เย ปุคฺคลา) อันว่าปุคคละทังหลายฝูงใด, สญฺญเมสฺสนฺติ รู้สังรวมบ่หื้อฟุ้งไปเอาอารัมมณะตามอันมัก, จิตฺตํ ยังใจ, ทุรํคามํ อันไปสู่ที่ไกล, เอกจรํ อันรู้จระเดินไปผู้เดียว, อสรีรํ อันหาเนื้อตนบ่ได้, คูหาสยํ อันมีถ้ำหัวใจเปนที่อยู่ที่อาสรัยนั้น, เต

ปุคฺคลา อันว่าปุคคละทังหลายฝูงนั้น, โมกฺขนฺติ ก็ได้พ้น, มารพนฺธนา จากบ่วงค้องคอกขังแห่งมารแล พระพุทธเจ้าก็เทสนาว่าดั่งนี้ ฯ เหตุดั่งอั้น โยคาวจรภิกขุควรสอนใจตน หื้อตั้งอยู่ในคองปฏิบัตอันดีอัน หื้อได้เถิงนิพพานนั้นแล้ว ควรรักสาใจตนอย่าหื้อไปยินดีเซิ่งลาภแลยศแล้ว ผารมเพียรในสมถภาวนา แลวิปัสสนาภาวนาอย่าขาด อย่าผะหมาทในอันกทำเพียรภาวนา เหตุปาฬีธัมม์คำสอนพระพุทธเจ้า กล่าวว่า อปฺปมตฺโต อาตาปิ

๓๓. โน ปหิตตฺโต ภาเว ภิกฺขุ สทา ภิกฺขุ อันว่าภิกขุ, อปฺปมตฺโต อันหาความผะหมาทบ่ได้ , อาตาปิโน อันมีเพียรอันหื้อไหม้แก่กิเลส, ปหิตตฺโต อันใช้ใจไปสู่นิพพาน, ภาเว เพิงมี, สทา ในกาลทุก เมื่อแล ฯ อันนี้หื้อปฏิบัตตามธัมม์คำสอนพระพุทธเจ้าดั่งนี้ สพฺพปาปสฺส อกรณํ กุสลสฺสูปสมฺปทา สจิตฺตปริโยทปนํ เอตํ พุทฺธาน สาสนํ ขนฺติ ปรมํ ตโป ตีติกฺขา นิพฺพานํ ปรมํ วทนฺติ พุทฺธา น หิ ปพฺพชิ โต ปรูปฆาโต สมโณ โหติ ปรํ วิเหธยนฺโต อนูปวาโท อุนูปฆาโต ปาฏิโมกฺเข จ สํวโร มตฺตญฺญุตา จ ภตฺตสฺมึ ปนฺตญฺจ สยนาสนํ อธิจิตฺเต จ อโยโค เอตํ พุทฺธานสาสนํ ดั่งนี้แล สพฺพปาปสฺส อกรณํ อันว่า กริยาอันบ่กทำยังบาปทังมวร คือบ่กทำด้วยตนด้วยปากด้วยใจนั้นก็ดี, กุสลสฺส อุปสมฺปทา อันว่ากริยา อันเถิงดีนักยังกุสลธัมม์ คือบัวระมวลด้วยสีลสมาธิปัญญานั้นก็ดี, สจิตฺตปริโยทปนฺนํ อันว่ากริยาอัน ชำระใจตนหื้อบัวริสุทธ์จากกิเลสนั้นก็ดี, เอตํ กมฺมํ อันว่ากัมม์ทังหลายฝูงนั้น, สาสนํ เปนคำสอน, พุทฺธานํ แห่งพระพุทธเจ้าทังหลายแล, ขนฺติ อันว่าอดใจบ่กทำร้ายตามใจ, ตีติกฺขา อันว่าอดคัดอดยาก, ปรมํ ตโป เปนธัมม์อันร้อนไหม้บาปแลยิ่งนัก, นิพฺพานํ อันว่านิพพานอันดับตัณหา, ปรมํ เปนธัมม์อัน ยิ่งกว่าธัมม์ทังมวร, พุทฺธานํ อันพระพุทธเจ้าทังหลาย, วทนฺติ ก็เทียรย่อมกล่าวสั่งสอนดีนักดั่งนี้แล, หิ ด้วยมี

๓๔. แท้, ปพฺพชิโต อันว่านักบวช, ปรูปฆาโต อันจักข้าท่านหื้อสิบหายตาย, น โหติ ก็บ่มี แล, สมโณ อันว่าสรมณะ, ปรํ วิเหธยนฺโต อันจักบีบเบียนท่านหื้อเปนทุกข์, น โหติ ก็บ่มี, อนูปวาโท อันว่าหาบ่ได้ยังโทสอันควรกล่าวตินั้นก็ดี, อนูปฆาโต อันว่าหาบ่ได้ยังกุสลธัมม์อันข้าเสียยังอกุสลธัมม์ นั้นก็ดี, ปาฏิโมกฺเข จ สํวโร อันว่าสังรวมรักสาปาฏิโมกขสังวรสีลก็ดี, มตฺตญฺญูตา จ ภตฺตสฺมิ อันว่ารู้ผะ หมานในเข้าน้ำโภชนะ คือปัจจเวกขณะในโภชนะก็ดี, ปนฺตญฺจ สยนาสนํ อันว่ามีที่อยู่ที่นอนอันสงัดก็ดี , อธิจิตฺเต จ อาโยโค อันว่ากทำเพียรหื้อมีจิตอันยิ่ง คือกทำเพียรหื้อมีจิตอันตั้งหมั้นบ่หวั่นไหวแต่กิเลส ก็ดี, เอตํ กมฺมํ อันว่ากัมม์ฝูงนั้น, สาสนํ เปนคำสอน, พุทฺธานํ แห่งพระพุทธเจ้าทังหลายแล ฯ อญฺญา หิ ลาภูปนิสา อญฺญา นิพฺพานคามินี เอวเมตํ อภิญฺญาย ภิกฺขุ พุทฺธสฺส สาวโก สกฺการํ นาภินนฺเทยฺย วิเวเก อนุพฺรูหเย ดั่งนี้ หิ ด้วยมีแท้, ลาภูปนิสา อันว่าปฏิบัตหื้อบังเกิดลาภ, อญฺญา หากอันอื่น ๑, นิพฺ พานคามินี อันว่าปฏิบัตหื้อเถิงนิพพาน, อญฺญา หากอันอื่น ๑, ภิกฺขุ อันว่าภิกขุ, พุทฺธสฺส สาวโก อันเป นลูกสิกข์แห่งพระพุทธเจ้า, อภิญฺญาย รู้แล้ว, เอตํ ปฏิปทฺวยํ ยังชุมนุมปฏิบัตสองอันนั้น, เอวํ ดั่งนี้, นาภินนฺเทยฺย บ่เพิงยินดี, สกฺการํ เซิ่งอันท่านกทำสการปูชา, อนุพฺรูหเย เพิงจำเริญเกิดเปน วิเวเก

๓๕. ยังวิเวกทัง ๓ คือสงัดใจสงัดตนสงัดจากกัมม์ทังหลายแล ฯ กุมฺภูปมํ กายมิมํ วิทิตฺวา นครูปมํ จิตฺตมิทํ ฐเปตฺวา โยเธถ มารํ ปญฺญาวุเธน ชิตญฺจ รกฺเข อนิเวสโน สิยา ดั่งนี้ว่า ภิกฺขเว ดูรา ภิกขุทังหลาย, ตุมฺเห อันว่าสูท่านทังหลาย, วิทิตฺวา จุ่งรู้แล้ว, อิมํ กายํ ยังตนอันนี้, กุมฺภูปมํ อุปมาเปน ดั่งหม้อไหนั้น, ฐเปตฺวา จุ่งติดไว้แล้ว, อิทํ จิตฺตํ ยังใจอันนี้, นครูปมํ อุปมาเปนดั่งเวียงนั้น, โยเธถ จุ่งรบ , มารํ ยังมารคือราคาทิกิเลส, รกฺเข เพิงรักสา ชิตญฺจ ยังที่ได้แพ้แล้ว มารํ ยังมาร อนิเวสิโน อย่าหื้อผ่า

สูรได้, สิยา เพิงมีเทอะ ฯ โยคาวจรภิกขุตนฉลาด อาดสอนตนสอนใจหื้อตั้งอยู่ในคำสอนพระพุทธเจ้าด้วยผะการดั่งกล่าวมานี้ ก็จักผะจนแพ้มารพ้นจากทุกข์ในภวสงสารเถิงนิพพาน อันร่ำงับดับทุกข์ทังมวรแท้ดีหลีแล เหตุดั่งอั้น โยคาวจรภิกขุเพิงผะกอบด้วยทมะสัจจะอันสอนตนสนใจหื้อตั้งอยู่ในคองอันดีด้วยดั่งพระพุทธเจ้าหากเทสนานั้นเทอะ ธัมม์อันชำระกิเลสปาปธัมม์ก็แล้วเท่านี้ก่อนแล ฯ อจิรํ วตยํ กาโย ปฐวึ อธิเสสฺสติ ฉุฑฺโฑ อเปตวิญฺญาโณ นิรตฺถํว กลิงฺครํ ดั่งนี้ อยํกาโย อันว่าตนอันนี้ อันมีผะหมานกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่ง, ฉุฑฺโฑ เปนอันเป่าจากสัตตะแลชีวะ, อเปตวิญฺญาโณ อันมีจิตตวิญญาณหากคลาด

๓๖. คาไปแล้ว คือว่าตายแล้ว, อธิเสสฺสติ ก็จักได้นอนอยู่, ปฐวึ เหนือแผ่นดิน, อจิรํ บ่นานเท่าใด, วต แท้แล, อิว กลิงฺครํ เปนดั่งดุ้นไฟอันสุด, นิรตฺถํ อันบ่หื้อแล้วผะโชนะอันใดสักอัน, มนุสฺเสหิ อันคนทังหลาย, สทิสํ หากทอดหากซัดเสีย, มหาปเถ ในหนทางหลวงนั้นแล ฯ อนนฺตาทินโว กาโย วิย รุกฺขสฺส อุปโม อาวาโส สพฺพโรคานํ ปุญฺโช ทุกฺขสฺส เกวโล กาโย อันว่าตนอันนี้มีผะหมานกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่ง, อนนฺตาทินโว มีโทสอันหาที่สุดที่เมี้ยรบ่ได้, วิย รุกฺขสฺส อุปโม อุปมาเปนดั่งต้นไม้มีลูกเปนก็ดี, อาวาโส อันเปนที่อยู่ที่อาสรัย, สพฺพโรคานํ แห่งพยาธิทังมวร, ปุญฺโช อันเปนหมู่เปนกอง, ทุกฺขสฺส แห่งทุกข์, เกวโล ทังมวรแท้แล ฯ นวมุขํ อสุภคนฺธํ ปูติจมฺมาวนธํ กิมิกุลํ สตฺตากิณฺณํ มุตฺติวิคตาธิปุณฺณํ วิวิธวิหํคภกฺขํ สพฺพโรคาธิวาสํ มรณํทธุวํ กินฺนุโมหตฺรปฺปมตฺตํ นามรูปํ อันว่านามรูปคือใจและตนอันนี้, นวมุขํ มีทวาร ๙ อัน, อสุภคนฺธํ อันมีกลิ่นคันธะเปนอสุภโสกโครกควรกิเลียดอางเหยื้อง, ปูติจมฺมาวนธนํ อันหุ้มห่อด้วยหนังเน่า, กิมิกุลํ อันมีขะกูลหนอนทังหลายได้ ๘๐ ขะกูล, สตากิณฺณํ อันอาเกียรเตมไปด้วยหมู่สัตทังหลาย, มุตฺตวิคตาธิปุณฺณํ อันเตมไปด้วยขี้แลเยี่ยว, วิวิธวิหํคภกฺขํ คันตายไปแล้วเทียรย่อมมีเปนอาหารของกินแห่งสัตทังหลายคือแร้งแลกาหมา

๓๗. ป่าหมาบ้านแมงวันเขียวแลหนอนทังหลายมีผะการต่าง ๆ , สพฺพโรคาธิวาสํ อันเปนที่อยู่แห่งหมู่พยาธิทังมวร, มรณํ ธุวํ มีกริยาอันตายเปนอันเที่ยงนักบ่คลาดคา, กินฺนุโมหตฺรปฺปมตฺตํ ดั่งรือพ้อยหลั้งหลงอยู่ผะหมาทชุวันชุคืน ลืมสีลลืมบุญบ่ร่ำเพิงเถิงคุณแห่งพระแลธัมมสังฆะแล ภาวนาเกสาพรหมวิหารแลวิปัสสนาญาณ ๑๐ อันนั้นชา ฯ ปริชิณฺณมิทํ รูปํ โรคนิทฺธํ ปภงฺคุณํ ภิชฺชติ ปูติ สนฺเทโห มรณนฺตํ หิ ชีวิตํ อิทํ นามรูปํ อันว่านามรูปอันนี้คือใจแลตนนี้, ปริชิณฺณํ รู้เถ้ารู้ค่ำ, โรคนิทฺธํ อันเปนเรือนแห่งพยาธิ, ปภงฺคุณํ รู้เปื่อยเน่าแตกม้าง, ปูติ สนฺเทโห มีน้ำเน่าคือขี้แลเยี่ยวไหลออก, นิจฺจํ เที่ยงทุกเมื่อแล, หิ มักว่า, สจฺจํวตวจนํ อันว่าคำอันกล่าวแล้วนี้มีเที่ยงแท้แล, ชีวิตํ อันว่าชีวิต, สพฺเพสํ สตฺตานํ แห่งสัตทังหลายมวล, มรณนฺตํ มีอันตายเปนที่สุดที่เมี้ยรแล ฯ อนิจฺจา วต สงฺขารา อุปฺปาทวยธมฺมิโน อุปฺปชฺชิตฺวา นิรุชฺฌนฺติ เตสํ วูปสโม สุโข สงฺขารา มักว่า ปญฺจขนฺธา อันว่าขันธะทังหลาย ๕ อัน คือรูปขันธะ เวทนาขันธะ สัญญาขันธะ สังขารขันธะ วิญญาณขันธะ, อนิจฺจา บ่หมั้นบ่เที่ยงรู้ปลิ้นรู้แปร, อุปฺปาทวยธมฺมิโน มีสภาวะรู้เกิดรู้ดับ, อุปฺปชฺชิตฺวา คันว่าเกิดมาแล้ว, นิรุชฺฌนฺติ ก็ดับกับหายตายไป, วต แท้แล, นิพฺพานธมฺโม อันว่านิพพานธัมม์เจ้า, วูปสโม ก็รงับดับเสีย, เตสํ ปญฺจขนฺธานํ สงฺขารานํ ยังสังขารคือขันธะทังหลายฝูงนั้น ๕ อัน ฝูงนั้น, สุโข เปนสุขอันยิ่ง

๓๘. กว่าสุขทังมวร, วต แท้แล ฯ รูปขนฺโธ เวทนาขนฺโธ สญฺญาขนฺโธ สงฺขารขนฺโธ วิญฺญาณขนฺโธ อนิจฺโจ ขยตฺเถน ทุกฺโข ภยตฺเถน อนตฺตา อสารกตฺเถน วิปรินามธมฺโม นิจฺจํ วต นิพฺพานํ สุขํ วต นิพฺพานํ สารํ วต นิพฺพานํ นิพฺพานํ ปรมํ สุขํ รูปขนฺโธ อันว่ารูปขันธ์ก็ดี, เวทนาขนฺโธ อันว่า

เวทนาขันธ์ก็ดี, สญฺญาขนฺโธ อันว่าสัญญาขันธ์ก็ดี, สงฺขารขนฺโธ อันว่าสังขารขันธ์ก็ดี, วิญฺญาณขนฺโธ อันว่าวิญญาณขันธ์ก็ดี, อนิจฺโจ บ่หมั้นบ่เที่ยง, ขยตฺเถน เหตุมีสภาวะรู้เสี้ยงรู้ดับรู้ปลิ้นรู้แปร, ทุกฺโข เปนที่เกิดแห่งทุกข์เปนหมู่เปนกองทุกข์, ภยตฺเถน เหตุมีสภาวะอันรู้เปนไภยยะอันเพิงกลัวมากนัก, อนตฺตา ปใช่ตนปใช่ของตน, อสารกตฺเถน เหตุมีสภาวะอันหาแก่นหาสารปได้, วิปริณามธมฺโม มีสภาวรู้ปลิ้นรู้แปรหลากคล่า รู้แตกรู้ม้างรู้เถ้ารู้ตายรู้สิบหายวายไปแล, นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้า, นิจฺจํ หมั้นเที่ยง, วต แท้แล, นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้า, สุขํ เปนสุข, วต แท้แล, นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้า, สารํ เปนแก่นเปนสาร, วต แท้แล, นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้า, ปรมํสุขํ เปนสุขอันผะเสริฐล้ำเลิดยิ่งนักกว่าสุขทังมวรแท้แล ฯ อิทํ สงฺขารคตํ อนิจฺจํ ทุกฺขํ อนตฺตา วิปริณามธมฺมํ อิทํ นามรูปํ อันว่านามรูปคือใจแลตนอันนี้, สงฺขารคตํ เถิงเซิ่งอันรู้เถ้ารู้ค่ำรู้ตายรู้สิบหายวายไป, อนิจฺจํ บ่หมั้นบ่เที่ยง, ทุกฺขํ

๓๙. เปนที่เกิดแห่งหมู่ทุกข์กองทุกข์ทังมวร, อนตฺตา บ่ใช่ตนบ่ใช่เปนของตน, วิปริณามธมฺมํ มีสภาวะรู้ปลิ้นรู้แปรรู้หลากคล่าแท้แล ฯ อชฺฌตฺตา พหิทฺธา สงฺขารา อนิจฺจา ทุกฺขา อนตฺตา วิปริณามธมฺมา สงฺขารา อันว่าสังขารธัมม์ทังหลาย คือรูปธัมม์นามธัมม์ทังมวร , อชฺฌตฺตา อันมีพายในตนอันนี้ก็ดีล , พหิทฺธา อันมีพายนอกตนอันนี้ก็ดี คือนามรูปแห่งตนแห่งท่านผู้อื่นก็ดี, อนิจฺจํ บ่หมั้นบ่เที่ยง, ทุกฺขา เท่ารู้เปนทุกข์, อนตฺตา ปใช่ตนปใช่เปนของตน, วิปริณามธมฺมา มีสภาวะอันรู้ปลิ้นแปรรู้หลากคล่าแท้แล, ยถา อิทํ ตถาเอตํ ยถา เอตํ ตถาอิทํ อิเม สงฺขารา อนิจฺจา ธมฺมา ทุกฺขา ธมฺมา อนตฺตา ลกฺขณา นิพฺพานํ อจลํ นิจฺจํ ทุกฺขํ สารํ วต นิพฺพานํ นิพฺพานํ ปรมํ สุขํฯ อิทํ วจนํ อันว่าคำอันกล่าวนั้น, โหติ ก็มี ยถา ด้วยผะการสันใด เอวํ วจนํ อันว่าคำอันกล่าวนั้น โหติ ก็มีด้วยผะการดั่งอั้นแล, เอตํ นามรูปํ อันว่านามรูปอันมีแต่พายนอกตนแห่งกูนั้น, โหติ ก็มี, ยถา ด้วยผะการสันใด, อิทํ นามรูปํ อันว่านามรูปอันมีพายในตนแห่งกูนี้, โหติ ก็มี, ตถา ด้วยผะการดั่งอั้นแล ฯ อิเม สงฺขารา อันว่าสังขารธัมม์ทังหลายฝูงนี้ คือนามรูปอันมีพายในตนนอกตนอยู่นี้, อนิจฺจา ธมฺมา มีสภาวะบ่หมั้นบ่เที่ยง, ทุกฺขาธมฺมา มีสภาวะเปนที่ตั้งอยู่แห่งหมู่ทุกข์กองทุกข์ทังมวร, อนตฺตา ลกฺขณา มีอันปใช่ตนปใช่เปนของตนเปนลักขณะ, นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้า, อจลํ ปรู้หลากคล่าหวั่นไหว, นิจฺจํ หมั้นเที่ยง, สุขํ เปนสุขยิ่งกว่าสุขทังมวร, สารํ เปนแก่นเปนสารยิ่งกว่าแก่นสารทังมวร, วต แท้แล

๔๐. สพฺเพ สงฺขารา อนิจฺจาติ ยทา ปญฺญาย ปสฺสติ อถ นิพฺพินฺทติ ทุกฺเข เอส มคฺโค วิสุทฺธิยา โย ปุคฺคโล อันว่าปุคคละผู้ใด, ปสฺสติ ร่ำเพิงหัน, อุทยพฺพยํ ยังอันเกิดอันดับ, ขนฺธํ แห่งขันธะทังหลาย ๕ อัน มีรูปขันธะเปนต้น, อิติ มนสิกาเรน ด้วยมนสิการในใจว่าดั่งนี้ สงฺขารา มักว่า ปญฺจขนฺธา อันว่าขันธะทังหลายหมายมีรูปขันธะเปนต้น, สพฺเพ ทังมวร, อนิจฺจา บ่หมั้นบ่เที่ยง, ปญฺญาย ด้วยผะหยาแห่งตน, โส ปุคฺคโล อันว่าปุคคละผู้นั้น, นิพฺพินฺทติ ก็หน่าย, ทุกฺเข ยังทุกข์ทังหลายหมายมีชาติทุกข์เปนต้น, ยทา มีในกาลเมื่อใด, เอส มักว่า เอโส นิพฺพินฺทนากาโร อันว่าอาการอันหน่ายอันนั้น มคฺโค เปนหนทาง วิสุทฺธิยา แห่งมัคคผลญาณ โหติ ก็มี อถ มักว่า ตทา ในกาละเมื่อนั้น ฯ สพฺเพ สงฺขารา ทุกฺขาติ ยทา ปญฺญาย ปสฺสติ อถ นิพฺพินฺทติ ทุกฺเข เอส มคฺโค วิสุทฺธิยา ฯ โย ปุคฺคโล อันว่าปุคคละผู้ใด, ปสฺสติ ก็ร่ำเพิงหัน, อุทยพฺพยํ ยังอันดับอันเกิด, ขนฺธานํ ยังขันธ์ทังหลายหมายมีรูปขันธะเปนต้น, อิติ มนสิกาเรน ด้วยมนสิการในใจว่าดั่งนี้ สงฺขารา มักว่า ปญฺจขนฺธา อันว่าขันธะทังหลายหมายมีรูปขันธะเปนต้น, สพฺเพ ทังมวร, ทุกฺขา เปนที่เกิดแห่งหมู่ทุกข์กองทุกข์ทังมวร, ปญฺญาย ด้วยผะหยาแห่ง

ตน, โส ปุคฺคโล อันว่าปุคคละผู้นั้น นิพฺพินฺทติ ก็หน่าย, ทุกฺเข ยังทุกข์ทังหลายหมายมีชาติทุกข์เปนต้น, ยทา ในกาลเมื่อใด, เอส มักว่า, เอโส นิพฺพินฺทนากาโร อันว่าอา

๔๑. การอันหน่ายอันนั้น, มคฺโค เปนหนทาง, วิสุทฺธิยา แห่งมัคคผลญาณ, โหติ ก็มี, อถ มักว่า, ตทา ในกาลเมื่อนั้นแล ฯ สพฺเพ ธมฺมา อนตฺตาติ ยทา ปญฺญาย ปสฺสติ อถ นิพฺพินฺทติ ทุกฺเข เอส มคฺโค วิสุทฺธิยา ฯ โย ปุคฺคโล อันว่าปุคคละผู้ใด, ปสฺสติ ก็รำเพิงหัน, อุทยพฺพยํ ยังอันเกิดอันดับ, ขนฺธานํ ยังขันธะทังหลายหมายมีรูปขันธะเปนต้น, อิติ มนสิกาเรน ด้วยมนสิการในใจว่าดั่งนี้, ธมฺมา อันว่าธัมม์ทังหลายสองจำพวกคือรูปธัมม์แลนามธัมม์, สพฺเพ ทังมวร, อนตฺตา บ่ใช่ตนบ่ใช่เปนของตน เหตุบ่เปนตามอำนาจแห่งจิตใจตนได้, ปญฺญาย ด้วยผะหยาแห่งตน, โส ปุคฺคโล อันว่าปุคคละผู้นั้น, นิพฺพินฺทติ ก็หน่าย, ทุกฺเข ยังทุกข์ทังหลายหมายมีชาติทุกข์เปนต้น, ยทา ในกาลเมื่อใด, เอส มักว่า, เอโส นิพฺพินฺทนากาโร อันว่าอาการอันหน่ายอันนั้น, มคฺโค เปนหนทาง, วิสุทฺธิยา แห่งมัคคผลญาณ, โหติ ก็มี, อถ มักว่า, ตทา ในกาลเมื่อนั้นแล ฯ สุปฺปพุทฺธํ ปพุชฺฌนฺติ สทา โคตมสาวกา เยสํ ทิวา จ รตฺโต จ นิจฺจํ พุทฺธคตาสติ , สุปฺปพุทฺธํ ปพุชฺฌนฺติ สทา โคตมสาวกา เยสํ ทิวา จ รตฺโต จ นิจฺจํ ธมฺมคตาสติ , สุปฺปพุทฺธํ ปพุชฺฌนฺติ สทา โคตมสาวกา เยสํ ทิวา จ รตฺโต จ นิจฺจํ สงฺฆคตาสติ , สุปฺปพุทฺธํ ปพุชฺฌนฺติ สทา โคตมสาวกา เยสํ ทิวา จ รตฺโต จ นิจฺจํ กายคตาสติ ฯ พุทฺธคตาสติ

๔๒. อันว่าสติอันรนึกเถิงคุณแห่งพระพุทธเจ้า คือภาวนาพุทธคุณ , ธมฺมคตาสติ อันว่าสติอันรนึกเถิงคุณแห่งพระสะธัมม์ คือภาวนาธัมมคุณ , สงฺฆคตาสติ อันว่าสติอันรนึกเถิงคุณแห่งพระสังฆ คือภาวนาสังฆคุณ , กายคตาสติ อันว่าสติอันรนึกเถิงอสุภโกฐาก ๓๒ มี เกสาเปนตั้นมีมุตตังเปนที่สุด อันมีในตนคือภาวนาเกสา ฯ โย(เยสํ) ปุคฺคลานํ แห่งปุคคละทังหลายฝูงใด , คิหิปพฺพชิตานํ อันเปนคระหัสแลนักบวช, โหติ ก็มี, ทิวา จ เมื่อวันก็ดี, รตฺโต จ ในเมื่อคืนก็ดี, นิจฺจํ ทุกเมื่อ, เต ปุคฺคลา อันว่าปุคคละทังหลายฝูงนั้น, โคตมสาวกา ได้ชื่อว่าเปนลูกสิกข์ฟังคำสอนแห่งพระพุทธเจ้าตนชื่อว่าโคตมะ, ปพุชฺฌนฺติ ก็ตื่นชื่นยินดีด้วยสัทธาทิคุณ, สุปฺปพุทฺธํ เซิ่งอันตื่นชื่นด้วยดี คือมีใจหยั่งเชื่อใสในคำสอนพระพุทธเจ้า, สทา ในกาลทุกเมื่อแล ฯ สุปฺปพุทฺธํ ปพุชฺฌนฺติ สทา โคตมสาวกา เยสํ ทิวา จ รตฺโต จ อหึสาย รโต มโน ภาวนาย รโต มโน ฯ มโน อันว่าใจ รตฺโต อันกัตติยินดี, อหึสาย ในอันบ่บีบเบียนยังสัตทังหลายหื้อทุกข์ ใคร่หื้อสัตเถิงสุขคือเมตตาพรหมวิหาร, มโน อันว่าใจ, รตฺโต อันกัตติยินดี, ภาวนาย ในวิปัสสนาภาวนาทังหลายหมายมีทิฏฐิแล กังขาวิตรณะแล อนิจจลักขณะเปนต้น, เยสํ ปุคฺคลานํ แห่งปุคคละทังหลายฝูงใด, คิหิปพฺพชิตานํ อันเปนคระหัสแลนักบวช, โหติ ก็มี, ทิวา จ ในเมื่อวันก็ดี, รตฺโต

๔๓. จ ในคืนก็ดี, เต ปุคฺคลา อันว่าปุคคละทังหลายฝูงนั้น, โคตมสาวกา ได้ชื่อว่าเปนลูกสิกข์ฟังคำสอนแห่งพระพุทธเจ้าตนชื่อโคตมะ, ปพุชฺฌนฺติ ก็ตื่นชื่นด้วยปัญญาทิคุณ สุปฺปพุทฺธํ เซิ่งอันตื่นชื่นยินดี, สทา ในกาลทุกเมื่อแล ฯ ธมฺมราโม ธมฺมรโต ธมฺมํ อนุวิจินฺตยํ ธมฺมํ อนุสฺสารํ ภิกฺขุ สทฺธมฺมานุปริหายติ ภิกขุปุคคละรำเพิงดูหันยังโทสหันไภยยะอันมีในวัฏสงสาร, ธมฺมราโม อันยินดีในธัมม์คือสมถะแลวิปัสสนา, ธมฺมรโต อันมีสมถะแลวิปัสสนาธัมม์เปนที่ยินดี, อนุวิจินฺตยํ อันรำเพิงพิจารณาดู, ธมฺมํ ยังธัมม์คือสมถแลวิปัสสนา, อนุสฺสารํ อันรนึกใจเถิงไจ้ ๆ , ธมฺมํ ยังรูปธัมม์นามธัมม์ว่าเปนอนิจจะ ทุกขะ อนัตตา, นะ วิปริหายติ บ่ถอยเสีย, ส ธมฺโม มักว่า, นิพฺพานธมฺมา จากนิพพานธัมม์เจ้าแล ผิบ่อาจได้เถิงนิพพานเหตุสมพานบ่แก่เทื่อ ก็มีสุคติเปนที่ไปเกิดเที่ยงแล ฯ ยญฺหิ กิจฺจํ ตทปวิทฺธํ อกิจฺจํ

ปน กยีรติ อุนฺนฬานํ ปมตฺตานํ เตสํ วฑฺฒนฺติ อาสวา ยํ กมฺมํ อันว่ากัมม์อันใดมีคันถธุระแลวิปัสสนาธุระเปนต้น, กิจฺจํ หิ มักว่า, กิจฺจํ เอวํ อันเปนกัมม์อันนักบวชเพิงกทำพ่ำเพงแท้สิ่งเดียว, ปพฺพชิเตน อันนักบวช, อปวิทฺธํ หากได้ละเสียแล้ว คือบ่ได้พ่ำเพงบ่ได้กทำ, ตํ กมฺมํ ยังกัมม์อันนั้น, ปน ผะการหนึ่งเล่า, ยํ กมฺมํ อันว่ากัมม์อันใด, อกิจฺจํ อันนักบวชควรกทำ, ปพฺพชิโต อันว่านักบวช, กยีรติ ก็กทำ, ตํ กมฺมํ ยังกัมม์อันนั้น, อาสวา อันว่าอาสวะทังหลาย ๔ อัน คือกามสวะ อวิชชาสวะ ภวาสวะ ทิฏฐาสวะ

๔๔. วฑฺฒนฺติ ก็จำเริญ, เตสํ ปพฺพชิตานํ แก่นักบวชทังหลายฝูงนั้น, อุนฺนฬานํ อันยกขึ้นยังไม้ออ, มานปมตฺตานํ อันอยู่ผะหมาทชุวันชุคืนนั้นแล ฯ เยสญฺจ สุสมารทฺธา นิจฺจํ กายคตาสติ อกิจฺจนฺเต น เสวนฺติ กิจฺเจ สาตติการิโน สตานํ สมฺปชานานํ อฏฺฐํ คจฺฉนฺติ อาสวา กายคตาสติ อันว่าสติอันร่ำเพิงเถิงยังรูปกายแลนามกาย อันมีในตนนอกตนว่าเปนอนิจจะ ทุกขะ อนัตตา, เยสํ ภิกฺขูนํ อันภิกฺขุทังหลายฝูงใด, สุสมารทฺธา หากได้ผารมดีนัก, นิจฺจํ เที่ยงทุกเมื่อ, เต ภิกฺขู อันว่าภิกขุทังหลายฝูงนั้น, สาตติการิโน อันกทำเพียรบ่ขาด, กิจฺเจ ในกิจจะอันนักบวชควรกทำ, น เสวนฺติ ก็บ่เสพคือว่าบ่กทำ, อกิจฺจํ ยังกัมม์อันนักบวชบ่ควรกทำ, อาสวา อันว่าอาสวะทังหลาย ๔ อัน, คจฺฉนฺติ ก็เถิง, อฏฺฐํ เซิ่งอันเสี้ยงอันดับหายไป, เตสํ ภิกฺขุนํ แก่ภิกขุทังหลายฝูงนั้น, สตานํ อันมีสติ, สมฺปชานานํ อันรู้ด้วยดีนัก คาถาทังหลายฝูงนี้มี สุปฺปพุทฺธํ เปนเคล้า มี อฏฺฐํ คจฺฉนฺติ อาสวา เปนที่สุดพระพุทธเจ้าเทสนาไว้ในธัมมปาทปกิณณกวัคคถ้วน ๒๑ แล ฯ ออาทิติปทํ ตานฺตํ ยสฺส ติฏฺฐฺติ ปณฺฑเร ทุกฺขสนฺตํ กโร เอโส นิพฺพานํ ปาปุณิสฺสนฺติ ปทํ บท ๓ อัน, ออาทิ อันมี อ เปนต้น คือว่าอนิจจังอยู่ต้น มีทุกขังอยู่กลาง, ตานฺตํ มีตาอยู่ที่สุดคือว่ามีอนัตตาเปนที่สุด, ติฏฺฐฺติ ก็ตั้งอยู่, ปณฺฑเร ในใจ, ยสฺส ปุคฺคลสฺส แห่งปุคคละผู้ใด, เอโส ปุคฺคโล อันว่าปุคคละผู้นั้น, ทุกฺขสนฺตํ

๔๕. กโร ก็จักได้กทำที่สุดแห่งวัฏฏทุกข์คือชาติทุกข์ ชราทุกข์ พยาธิทุกข์ มรณทุกข์, ปาปุณิสฺสนฺติ ก็จักได้เถิง นิพฺพานํ ยังนิพพานชะแล ฯ โย โข อานนฺท ภิกฺขุ วา ภิกฺขุนี วา อุปาสโก วา อุปาสิกา วา ธมฺมานุธมฺมปฏิปนฺโน อนุธมฺมจารี โส ตถาคตํ สกฺกโรติ ครุกโรติ มาเนติ ปูเชติ ปรมายปฏิปตฺติ ปูชาย ตสฺมาติหานนฺท เอวญฺหิ โว สิกฺขิตพฺพนฺติ ฯ อานนฺท ดูกราอานันทะ, โย โข ปุคฺคโล อันว่าปุคคละผู้ใด, ภิกฺขุ วา คือว่าภิกขุก็ดี, ภิกฺขุณี วา คือว่าภิกขุณีก็ดี, อุปาสโก วา คือว่าอุปาสกผู้ชายก็ดี , อุปาสิกา วา คือว่าอุปาสิกาผู้ญิงก็ดี, ธมฺมานุธมฺมปฏิปนฺโน อันปฏิบัตตามธัมม์อันใหญ่อันน้อย คือว่ารักสาสีลสรณคม สีล ๕ สีล ๘ สีล ๑๐ จตุปริสุทธสีลแลจำเริญสมถกัมมัฏฐานแลวิปัสสนากัมมัฏฐาน, อนุธมฺมจารี อันมีปักกติกทำพ่ำเพงตามธัมม์บ่ขาดบ่ผะหมาทสักอัน, โส ปุคฺคโล อันว่าปุคคละผู้นั้น, สกฺกโรติ เรียกว่าได้ครบยำกทำสักกรปูชา, ตถาคตํ ยังพระตถาคต, ครุกโรติ จิ่งเรียกว่าได้ปูชากทำหื้อเปนหนัก, มาเนติ จิ่งเรียกว่าได้ยำด้วยปากด้วยใจด้วยตน, ปูเชติ จิ่งเรียกว่าได้ปูชา, ตถาคตํ ยังตถาคต, ปฏิปตฺติปูชาย ด้วยปฏิบัตปูชาอันนี้, ปรมาย อันเปนของปูชาอันผะเสริฐ ล้ำ

๔๖. เลิดกว่าปูชาทังหลายหมายมีอันปูชาด้วยเข้าน้ำเปนต้นแล, อานนฺท ดูกราอานันทะ, หิ มักว่า, ยสฺมา กรณา เหตุสันใด, ตสฺมา กรณา เหตุดั่งอั้น, โว อันว่าสูท่านทังหลาย, สิกฺขิตพฺพํ เพิงพ่ำเพง, อิห สาสเน ในคำสอนแห่งพระตถาคตอันนี้, เอวํ วุตฺเตน เยน ด้วยไนยะดั่งพระตถาคตหากกล่าวหากเทสนามานี้เทอะ ฯ โย โว อานนฺท มยา ธมฺโม จ วินโย จ เทสิโต ปญฺญตฺโต โส โว มมจฺจเยน สตฺถา อานนฺท ดูกราอานันทะ, โย ธมฺโม อันว่าธัมม์อันใดก็ดี, มยา อันกูพระตถาคต, เทสิโต หากได้เทส

นาแสดงไว้, โว แก่ท่านทังหลาย, โย วินโย จ อันว่าวิเนยยะอันใดก็ดี, มยา อันกูพระตถาคต, ปญฺญตฺเต หากตั้งไว้, โว แก่ท่านทังหลาย, มมจฺจเยน มักว่า, มยิ ปรินิพฺพุตฺโต ในเมื่อกูพระตถาคตปรินิพพานแล้ว, โส ธมฺโม อันว่าธัมม์อันนั้น, โส วินโย จ อันว่าวิเนยยะอันนั้น, สตฺถา จักเปนครูบาสั่งสอน โว แก่ท่านทังหลาย, ภวิสติ ก็จักมีชะแล ฯ หนฺททานิ โว ภิกฺขเว อามนฺตยามิ โว ภิกฺขเว อุทยวยธมฺมา สงฺขารา อปฺปมาเทน สมฺปเทถาติ ภิกฺขเว ดูกราภิกขุทังหลาย, หนฺท ควรแล, อิทานิ ในกาลบัดนี้, ภิกฺขเว ดูกราภิกขุทังหลาย, อหํ อันว่ากูพระตถาคต, อามนฺตยามิ ก็สั่งอำลาบัดนี้, โว แก่ท่านทังหลายแล

๔๗. สงฺขารา อันว่าสังขารธัมม์ทังหลาย, อุทยวยธมฺมา มีสภาวรู้เกิดรู้ดับรู้กับหายไป, ตุมฺเห อันว่าท่านทังหลาย, สมฺปาเทถ จุ่งร่ำเพิงด้วยดี, อปฺปมาเทน อันผะหมาทบ่ได้เทอะ, โว ตัวนั้นเปนบาทบ่แปลแล ปาฬีฝูงนี้มี โย โข อานนฺท เปนต้น มี สมฺปาเทถ เปนที่สุดชื่อว่า ปัจฉิมพุทธวจนะ มีในมหานิพพานสูตร พระพุทธเจ้าเมื่อจักนิพพานในหว่างไม้รังสองต้นในเมืองกุสินารายนั้น หากเทสนาแก่เจ้าอานันทแลภิกขุสังฆทังหลาย เปนพุทโธวาทคำรัดทัดทอดเปนยอดธัมมเทสนา หื้อตั้งอยู่เสี้ยง ๕๐๐๐ พระวัสสาแล ปุคคละผู้มีผะหยาผาถะนาหื้อเถิงสุขพายหน้า เพิงขึ้นใจจำเริญชุวันเทอะ ฯ พระพุทธเจ้าเมื่อยังธอรมานบ่ไปเข้าสู่นิพพาน ย่อมเทสนาสั่งสอนยังเวเนยยสัตทังหลายด้วยคาถา ๔ จำพวก คือ ทานกถา กล่าวอานิสงอันหื้อทาน สีลกถา กล่าวอานิสงอันรักสาสีล ภาวนากถา กล่าวอานิสงอันภาวนาสมถกัมมัฏฐานแลวิปัสสนากัมมัฏฐาน ปัพพชากถา กล่าวอานิสงอันละคระวาดแล้วออกบวชกทำสมณธัมม์จำใจหนีจากบาปใจ้ ๆ พระได้โผดยังสัตตโลกทังหลายมวล หื้อได้พ้นจากสังสารวัฏฏทุกข์ หื้อได้เถิงสุขในอมตนครเวียงแก้วคือนิพพานผะหมาน ๒๔ อสังเขยยปลาย ๖ ล้านโกฏปลายแสนโกฏตัวสัต ด้วยคองปฏิบัตทังหลายหมายมีอันหื้อทานแลรักสาสีลเปนต้นแล ฯ ที่นี้จักกล่าว ทานกถา แล นตฺถิ ทานสโมปิตา

๔๘. นตฺถิ ทานสโมมาตา นตฺถิ ทานสโมญาติ นตฺถิ ทานสโมนิธิ ฯ ปิตา อันว่าพ่อ, สโม แลจักเสมอ, ทาเนน ด้วยอันหื้อทาน, นตฺถิ ก็บ่มี, มาตา อันว่าแม่, สโม แลจักเสมอ, ทานํ แห่งอันหื้อทาน, นตฺถิ ก็บ่มี, ญาติ พี่น้องเผ่าพันธะวงสา, สโม แลจักเสมอ, ทานา ด้วยอันหื้อทาน, นตฺถิ ก็บ่มีได้แล, นิธิ อันว่าเข้าของสมบัติทังมวร, สโม แลจักเสมอ, ทานกถา ด้วยอันได้กทำแล้วหื้อทานนั้น, นตฺถิ ก็หาบ่ได้แล ฯ ทานํ ทลิทฺทหารณํ ทานํ สมฺปวตฺติ โภคํ ทานํ ปาเถยฺยมุตฺตมํ ทานํ สคฺคสฺส โส ปานํ ทานํ พุทฺธานโคจรํ ฯ ทานํ อันว่าหื้อทาน, ทลิทฺทหารณํ เทียรย่อมนำเสียยังทุกข์ไร้เขนใจ, ทานํ อันว่าได้หื้อทาน, สมฺปวตฺติ โภคํ เทียรย่อมหื้อบังเกิดยังสัมปัตติเข้าของ, ทานํ อันว่าทาน, ปาเถยฺย มุตฺตมํ เทียรย่อมเปนเข้าไท้เข้าถงอันผะเสริฐ, ทานํ อันว่าได้หื้อทาน, สคฺคสฺโสปานํ เทียรย่อมเปนขั้นไดแก้วก่ายขึ้นสู่เมืองฟ้า, ทานํ อันว่าได้หื้อทาน, พุทฺธโคจรํ เปนอารัมมณะแห่งนักผาชเจ้าทังหลายหมายมีพระพุทธเจ้าเปนต้นหากได้พ่ำเพงแล้วเมื่อก่อนแล ฯ ปถวี สาคโร เมโร ขยํ ยนฺติ ยุตฺตํ ขเณ อปฺปมฺปิ ทินฺนํ พหุ โหติ พหุทินฺนํ พหุตรํ ปถวี อันว่าแผ่นดินหลวงลวงหนาสังขยาได้สองแสนสี่หมื่นโยชนะก็ดี, สาคโร อันว่าแม่น้ำมหาสมุทท์อันใหญ่กว้างแลเลิกได้ ๘๔,๐๐๐ โยชนะก็ดี, เมโร อันว่าดอยสิเนรุราชอันเปนพญาแก่ดอยทังหลาย อันสูงได้ ๘๔๐๐๐

๔๙. โยชนะก็ดี, ยนฺติ ก็ยังรู้เถิง, ขยํ มักว่า, วินาสํ เซิ่งวินาสสิบหายไป ไข้แห้งบกไป, ยุตฺตํ ขเณ มักว่า, กปฺปวินาเส กาเล ในกาลเมื่อไฟม้างกับแล, ทานานิสํสา อันว่าอานิสงแห่งทาน, น ยนฺติ ก็บ่เถิงเซิ่งอันเสี้ยง, อนุรกฺขนฺติ ก็ตามรักสายังปุคคละผู้หื้อทานถราบเถิงนิพพาน, ทานํ อันว่าหื้อทาน,

อปฺปมฺปิ แม่นหน้อยหนึ่ง, ทินฺนํ อันว่าทายกหื้อด้วยใจอันเชื่อใส, ผลํ อันว่าผละอานิสง, พหุตรํ แควนมากนัก, โหติ ก็มีแล ฯ ยถา วาริวหา ปูรา ปริปูเรนฺติ สาครํ เอวเมว อิโต ทินฺนํ เปตานํ อุปกปฺปติ วาริ อันว่ามักว่า ปญฺจมหานทีโย อันว่าแม่น้ำใหญ่ทังหลาย ๕ อัน คือว่าคังคา ยมุนา อจิรวดี มหิ สรภู, วหา อันไหลมา, หิมวตา แต่ป่าหิมวัน, ปุรา มักว่า, ปูริตา อันพ่ำเพงเตมทุกเมื่อบ่หลอนแห้งสักเทื่อ, วหนฺติ ก็ไหลไป, สาครํ สู่แม่น้ำสมุท, สาครํ ยังน้ำมหาสมุท, ปริปูเรนฺติ ก็หื้อบัวระพ่ำเพงเตม, ยถา อุปมาสันใด, ทานํ อันว่าทาน, ทินฺนํ อันทายกหากหื้อ, ทกฺขิเนยฺยานํ ปุคฺคลานํ แก่ปุคคละทังหลายฝูงควรรับเอาทาน, พุทฺธาทิกานํ อันมีพระพุทธเจ้าเปนต้น, อิโต มักว่า, อิมสฺมิ มนุสฺสโลเก ในมนุสโลกเมืองคนอันนี้, อุปกปฺปติ มักว่า, สมิชฺฌติ ก็เทียรย่อมหื้อแล้ว หื้อสมริทธิบัวระมวลด้วยเข้าน้ำโภชนอาหารผ้านุ่งผ้าใบ, ญาตีนํ แก่ญาติพี่น้องทังหลาย หมายมีพ่อแลแม่เปนเคล้าถราบต่อเท้า, สตฺตมหายุคฺคา ปรโลกคตา

๕๐. นํ อันจุติตายไปสู่โลกพายหน้า, เปตานํ อันได้เปนเผตนั้นแล คาถานี้มีในติโลกุฏฐสูตร สุตตนิกายบาท อังคุตตรนิกายแล ฯ สจฺจํ น พุชฺเชยฺย ทชฺชา อปฺปสฺมึ ยาจิโต เอเตหิ ติหิฏฺฐเนหิ คจฺเฉ เทวาน สนฺติเก โย ปุคฺคโล อันว่าปุคคละผู้ใด, สุขกาโม อันมักเถิงสุข, ปรโลกสฺมิ ในโลกพายหน้า, ภเณ ก็เพิงกล่าว, สจฺจํ ยังถ้อยคำอันหมั้นเที่ยง, น พุชฺเชยฺย บ่เพิงเคียด, ปรสฺเส แก่ท่านผู้อื่น, เทยฺยธมฺเม ในเมื่อเทยยธัมม์, อปฺปสฺมึ แม่นน้อยหนึ่ง, วิชฺชมาเน แลยังมีดั่งอั้น, ทชฺช มักว่า, เทยฺย ก็เพิงหื้อทาน, ปุคฺคลสฺส แก่ปุคคละ, ยาจิโต อันมาขอเซิ่งตนนั้น, โส ปุคฺคโล อันว่าปุคคละผู้นั้น, คจฺเฉ มักว่า, คจฺเฉยฺย ก็เพิงเถิง, สนฺติเก ในสำนัก, เทวานํ แห่งเทวดาทังหลาย, เอหิ ติหิฏฺฐาเนหิ ด้วยเหตุทังหลาย ๓ อันฝูงนั้นแล ฯ อธิบายว่าปุคคละผู้ใด มักใคร่เมือเกิดในเมืองฟ้าเสวยทิพพสัมปัตติสุขสนุกกับด้วยหมู่เทวดาทังหลายดั่งอั้น เพิงผะกอบด้วยอธิวาสขันติอดใจอย่าเคียดแก่ผู้อื่น ๑ เพิงผะกอบด้วยสัจจะธัมม์ ๑ เพิงหื้อทานอย่าขาดสมณพราหมแลยาจกคนขอทังหลายไจ้ ๆ ๑ ผู้นั้นก็จักได้เกิดในเมืองฟ้าด้วยเหตุทังหลาย ๓ อันฝูงนั้นชะแล ทานกถาปริปุณฺณสมตฺตา กริยาอันกล่าวแก้ไขยังทานกถาอันมาในมูลกัมมัฏฐานผูกต้นก็แล้วเท่านี้ก่อนแล ฯ ลุงหนานเขียนไว้ค้ำชูสาสนาพระพุทธเจ้าโคตมเจ้าแล สุทินฺนํ วตเมทานํ นิพฺพานปจฺจโย โหตุ โน นิจฺจํ ธุวํ ธุวํ แก่ข้าแล ผ่อหื้อถี่เนอะเจ้าเหย.

ผูก ๒

๑. นโม พุทฺธาย ทิวา วสติ วุฑฺฒิ ภวตุ สพฺพทา วนฺทิตฺวา สิรสา พุทฺธํ ธมฺมํ สงฺฆญฺจ อุตฺตมํ เทยฺยสฺส ภาสาย ปวกฺขามิ กมฺมฏฺฐานํ ทุวิธํ ฯ โยคาวจรตนจักใคร่พ่ำเพงปฏิปริยัตติในสมถวิปัสสนาดั่งอั้น ควรชำระตัดเสียยังปลิโพธ ๑๐ จำพวกเสียก่อนแล ฯ อาวาโส ญาติกุลํ ลาโภ ธนํ กมฺมญฺจ อทฺธานํ อาพาโธ คนฺโถ อิทฺธีติ เต ทสปลิโพธีติ อาวาโส อันว่าปลิโพธิด้วยที่อยู่, ญาติ ปลิโพธิด้วยญาติพี่น้อง, กุลํ ปลิโพธิด้วยขะกูลท้าวพญาแลขะกูลอุปฐากแห่งตน, ลาโภ คือลาภมักแสวงหายังลาภนัก, คโณ คือคณสังฆะเข้าออกนัก คือคณะอันตนเพิงสอนนั้น, กมฺมญฺจ กทำการนัก คือการอันเพิงกทำใหม่, อทฺธานํ เทียวทางไกลนัก, อาพาโธ เปนพยาธินักอันมีในตนก็หื้อเหย้ายาเสียก่อนผิบ่หายอย่าเอื้อเฟื้อด้วยพยาธิอันนั้น, คนฺโถ สูดเรียนนักคือคืออันจักสอนจักเรียนสอนกัมพี, ติพา หื้อไว้เสียก่อน, อิทฺธิ กทำการอิทธิริทธีมากนัก อันเปนของปุถุชนมีต้นว่าไปด้วยอากาศนั้นแล , เต ปลิโพธา อันว่าปลิโพธิทังหลาย

๒. ทส สิบอัน, อิติ ดั่งนี้แล ปลิโพธิ ๑๐ จำพวกควรเว้นเสียแล ฯ มหาวาสํ นวาสวาสํ จ ปพฺพานิ โสณฺฑิ ปณฺณญฺจ ปุปฺผญฺจ ผลํ ปตฺถิตเมว จ นครํ ทารุณา เขตฺตํ วิสภาเคน ปฏฺฐนํ ปจฺจนฺตํ สิมฺ

มา อสปฺปายํ ยตฺตฺถ มิตฺโต น ลพฺภติ อฏฺฐารเส เอตานิ ฐานานิ อิติ วิญฺญาย ปณฺฑิโต อรกา ปริวชฺเชยฺย มคฺคํ ปติภยํ ยถาติ ปณฺฑิโต อันว่าปุคคละผู้มีผะหยา วิญฺญาย รู้แล้ว, เอตานิ ฐานานิ ยังที่ทังหลายฝูงนั้น อฏฺฐารเส ได้ ๑๘, อิติ ดั่งนี้, มหาวาสํ ยังอาวาสอันใหญ่, นวาวาสํ ยังอาวาสอันใหม่, ชราวาสํ ยังอาวาสอันเก่า(เก่า)อันค่ำ, ปฏฺฐานิ ยังอาวาสอันใกล้ทาง, โสณฺฑิ อาวาสใกล้น้ำบ่อแลสระน้ำ, ปณฺณญฺจ ยังอาวาสอันมีผัก, ปุปฺผญฺจ อาวาสอันมีดอกไม้ ผลํ มีลูกไม้, ปตฺถิต ยังอาวาสอันคนทังหลายผาถะนาปูชาสการ, นครํ ยังอาวาสที่ใกล้เวียง, ทารุณา ยังอาวาสอันผะกอบด้วยไม้แลหลัว, เขตฺตํ ที่ใกล้ไร่แลนา, วิสภาเคน ผะกอบด้วยภิกขุแลคนฝูงเปนวิสภาค บ่พร้อมเพียงกันผิดเถียงกัน ปฏฺฏนํ ที่อันเปนท่าน้ำทางบกก็ดี อันเปนที่ชุมนุมคนอันไปอันมา, ปจฺจนฺตํ ที่บ้านนอกขอบเมือง, สิมํ ที่อันเปนสีมาแดนเมืองแห่งพญา ๒ ตน, อสปฺปายํ ยตฺตฺถ มิตฺโต นภติ นิมิ

๓. ตฺโต อันว่านิมิต, น ลพฺภติ อันภิกขุบ่ได้, ยตฺถ ในที่ใด, ตํ ฐานํ อันว่าฐานที่นั้น,

อสปฺปายํ อันบ่สัปปายะ, วิญฺญาย รู้แล้ว, ปริวชฺเชยฺย เพิงเว้น, อารกา แต๋ไกล, ยถา ปุริโส ธนํ ดุจจะดั่งผู้ชายมีเข้าของแลเว้น, มคฺคํ ยังหนทาง, ปฏิภยํ อันมีไภยยะคือโจนนั้นเทอะ, อฏฺฐรสํ อาวาสํ สมตํ กล่าวอาวาส ๑๘ หลังก็แล้วเท่านี้ก่อนแล ฯ อาวาโส โคจโร คโณ ภสฺสํ ปุคฺคโล โภชนํ อุตฺริยาปโถติ สตฺเต เต อสปฺปาเย วิวชฺชเยติ โยคี อันว่าโยคาวจร, วิวชฺชเย เพิงเว้น, เอเต อสปฺปาเย ยังอันบ่สัปปายะฝูงนั้น, สตฺต ๗ อัน, อิติ ดั่งนี้แล, อาวาโส ที่อยู่บ่สัปปายะบ่เปนเหตุหื้อสมาธิธัมม์เจ้าเกิด, โคจเร ที่อันจระเดินบิณฑิบาตอันไกลนักก็ดี มีเข้าบ่สมริทธิก็ดี, ภสฺสํ มักฟู่มักจาถ้อยคำเปนเหตุหื้อใจฟุ้งซว่านอันนับเข้าในติรัจฉานกถา ๓๒ มีต้นว่า ราชกถา อันจาเถิงท้าวพญานั้น, ปุคฺคโล ปุคคละอันบ่เปนสัปปายะย่อมจาติรัจฉานกถา, โภชนํ โภชนอาหารอันบ่สัปปายะอันแสวงหายาก, อุตุ ระดูบ่สัป

๔. ปายะอันร้อนเซ่นเยนเซ่น อันใดบ่สัปปายะ เว้นอันนั้นเสีย, อิริยปโถ อิริยาบถทัง ๔ อันใดบ่สัปปายะ บ่เปนเหตุหื้อใจตั้ง เว้นอันนั้นเสียแล, หื้อเสพสัปปายะ ๗ จำพวกอันปลิ้นจากอันกล่าวแล้วนั้นแล, ดั่ง ภสฺสา นั้น เมื่อเปนหื้อเอา ทสกถาวัตถุสิบจำพวกมีต้นว่า อปิจฉกถานั้นแล สตฺต อสปฺปายํ สมตฺตํ กล่าวยังอสัปปายะ ๗ จำพวกก็แล้วเท่านี้ก่อนแล ฯ นาติทุรํ นจาสนํ คมนาคมานสมฺปนฺนํ ทิวา อปฺปสทฺทํ รตฺติยา อปฺปนิโฆสํ สปฺปฑํ สมณสฺส วาตา ตปฺปสิริสมฺปสฺสาณติ นาติทุรํ บ่ไกลนัก, นจาสนํ บ่ใกล้จิ่มบ้านนัก, คมนาคมนสมฺปนฺนํ อันผะกอบด้วยอันไปอันมาง่ายนัก, ทิวา อปฺปสทฺทํ หาเสียงมี่นันบ่ได้ในเมื่อวัน, รตฺติยา อปฺปนิโฆสํ หาเสียงมี่นันบ่ได้ในเมื่อคืน, สปฺปฑํ สมณสฺส วาตา ตปฺปสิริสปฺปสมฺปสฺสา หาบ่ได้เหตุอันถูกต้องด้วยเหลือกแลยุง แดดแลลม สัตทังหลายมีต้นว่างูใหญ่งูน้อยทังหลายนั้นแล, ปญฺจอาวาสมตฺตํ กล่าวอาวาสที่ควรกทำสมณธัมม์ก็แล้วเท่านี้ก่อนแล ฯ เนกฺขมชฺฌาสยะ ๖ จำพวกมีดั่งนี้แล อโลภ อโทส อโมห กามเนกฺขมฺม ปริวิเวกเนกฺขมฺม นิสรณเนกฺขมฺม

๕. ๖ บ่เคียดชื่อว่าอโทสเนกขมฺม บ่โลภชื่อว่าอโลภเนกขมฺมแล บ่หลงตามมิจฉาชื่อว่าอโมหเนกขมฺมแล ข่มจิตใจบ่หื้อน้อมไปสู่กามคุณทัง ๕ คือ อย่าเลงดูตามใจ อย่าฟังตามใจ อย่าดมตามใจ อย่ากินตามใจ อย่าถูกต้องตามใจนั้นได้ชื่อว่ากามเนกขมฺมแล หุมอยู่สงัดตนหนึ่งตนเดียวชื่อว่าปริวิเวกเนกขมฺมแล มักใคร่ออกจากวัฏฏทุกข์แลใคร่เถิงยังนิพพานอยู่ไจ้ ๆ นั้นชื่อว่านิสรณเนกขมฺมแล ฯ โยคาวจรก็ควรปฏิบัติตามเนกขัมมัชฌาสยะ ๖ จำพวกก็จักพันเปนผะไจแก่มัคคผลธัมม์บ่อย่าชะแลกล่าวเนกขมัชฌาสยด้วยอันหย้อก็แล้วเท่านี้ก่อนแล ฯ อปฺปิจฺจตฺตา สนฺตุฏฺฐิตา สลฺเลกฺขตฺตา อิธ ปจฺจยตา วิริยารมฺภตา อปฺปิจฺจา หื้อมักน้อยมักบาน, สนฺตุฏฺฐิตา สันโดสยินดีเซิ่งผะไจทัง ๔ ตามลาภแห่งตน,

สลฺเลกฺขตฺตา เครียนเสียยังบาป, อิธ ปจฺจยตฺตา อย่ากทำบาปต่อหน้าลับหลัง, วิริยารมฺภ ผารพเซิ่ง เพียรในสมถวิปัสสนากัมมัฏฐานแล อันนี้ตามคองปฏิบัตมี ๕ อันแล ฯ กายสุจริตํ วจีสุจริตํ มโนสุจริตํ กายสุจริตะ ผะกอบด้วยตนอันดี อันบ่ควรถูกต้องอย่าได้ถูกต้องอันจักบังเกิดตัณหานั้นแล วจีสุ

๖. จริต ผะกอบด้วยคำปากคำจาอันดี อันบ่ควรจาอย่าจาหื้อจามีต้นว่า จาคำรหัดก็ดีกุหก ก็ดีควรเว้นแล มโนสุจริต ผะกอบด้วยใจอันดีอันใดบ่ควรคึดควรคระนิงอย่าได้คึดคระนิงเทอะ อันนี้ชื่อว่าสุจริตธัมม์ ๓ จำพวกแล ฯ โลโทโมจมาริ โลภ โทส โมห มาน โหติ มี, ยสฺส ปุคฺคลสฺส แก่ปุคคละผู้ใด , โส ปุคฺคโล อันว่าปุคคละผู้มีโลภะโทสะโมหะมานะนั้น, อรญฺญิโก นาม ชื่อว่าบ่ผะกอบในป่าคือว่า ชื่อว่าอยู่ป่าแล ภเวยฺย เพิงมี กึ ดั่งรือนั้นชา บ่ได้ชื่อว่า อยู่ป่าแล ฯ กมฺมิกรามตา ภสฺสรามตา คณิกรามตา นิทฺทารามตา กมฺมิกรามตา อย่ามักกทำเวียกการนักเช่น, ภสฺสรามตา อย่ามักใคร่ฟู่มักจานักเช่น, ภสํ คณิกรามตา อย่ามักยินดีด้วยหมู่ด้วยคณะนักเช่น, นิทฺทารามตา อย่ามักหลับมักนอนนักเช่น จุตกมฺมรามตา ๔ จำพวกนี้ควรละเสียแลฯ ธนํ จเช องฺควรสฺส เหตุ องฺคจเช ชิวิตรกฺขมาเน องฺคธนํ ชีวิตญฺจาปิ สพฺพํ จเช นโร ธมฺมมนุสฺสรนฺโต นโร อันว่าคน, จเช ควรสละ, องฺค ยังองค์มีต้นว่าตีนแลมือเปนต้น, นโร อันว่าคน, มนุสฺสร

๗. นฺโต อันรนึกดู, ธมฺมํ ยังธัมม์คือสีลแห่งตน, จเช ควรสละ, องฺค ยังองค์ก็ดี, ธนํ ยังเข้าของก็ดี, ชีวิตญฺจาปิ แม่นยังชีวิตก็ดี, สพฺพํ ทังมวรแล คาถาอันนี้ สปฺริสฺสนุสติ แล ควรผู้มีผะหยาร่ำเพิงดูเทอะ ฯ โอวาทานุสฺสสินี คำสอนแห่งพระพุทธเจ้าทังมวร อันตั้งอาชญาเปนสิกขาบทไว้ในสาสนา ภิกขุ โยคาวจร บ่ควรลีดควรม้างบ่ควรล่วงละเสียแล ภิกฺขุ อันว่าภิกขุ บ่รู้คองวัตรธุตังคสักอัน หันท่านเยียะดั่งรือก็เท่านับเยียะดั่งอั้นแล อันหนึ่งภิกขุถือธุตังควัตร อุปมาเปนดั่ง ปาจิตฺตเขปฺป มีใจแตกฟุ้งหันท่านกทำดั่งรือก็เท่านับเยียะดั่งอั้น ธุตังควัตร ๒ จำพวกนี้บ่ดีแล เหตุบ่หื้อแล้วยังผะโยชนะสักอันแล ฯ ภิกขุจำพวกหนึ่งถือธุตังควัตรด้วยใจคระนิงว่า กูถือธุตังควัตรสันนี้คนทังหลายจักยินดีด้วยกูมากนัก กูจักได้ผะไจทัง ๔ บ่อย่าชะแลว่าอั้น บ่ใส่ใจว่าจักข่มบาปเสีย จักกำจัดบาปเสีย ถือธุตังควัตรสันนี้ชื่อว่าเนรยิกสัต ว่าเปนสัตนารก(นรก)แล ถือธุตังควัตรเอาบาปแล วิเสส ภิกขุตนถือธุตังควัตรด้วยดีอันวิเสสแท้นั้น คระนิงใจว่าธุตังควัตรทังหลายนี้ พระพุทธเจ้าทังหลายก็ดีแล อัคคสาวกเจ้าทังหลายก็ดี หากสักเสินยกยอว่ามีคุณมีผะโยชนะ

๘. มากนักแล กูควรถือควรทรงมากนักแท้แล ว่าอั้นลวดถือดั่งอั้น โยคาวจรผู้นี้เรียกว่าถือธุตังควัตรด้วยอันยินดีตามคำสอนพระพุทธเจ้าแท้แล เหตุยังจักได้เถิงยังโลกิยะแลโลกุตตระแท้บ่อย่าชะแล ฯ โยคาวจรภิกขุตนใด ถือธุตังควัตรอันวิเสสแท้สันนี้ อปฺปิจฺจญฺเญว นิสฺสาย อาสรัยเซิ่งผู้มักน้อยในผะไจทัง ๔ สนฺตุฏฺฐีเจว นิสฺสาย อาสรัยเซิ่งสันโตสผะไจทัง ๔ ปริวิเวกญฺเญว นิสฺสาย อาสรัยเซิ่งอันมีใจมักสงัดจากบาปแท้ก็มักอยู่สงัดแท้ ก็มักผะสบกับผู้ถือธุตังควัตรนั้นแท้ สลฺเลกฺขญฺเญว นิสฺสาย อาไสร(ศัย)เซิ่งอันมักเหวี้ยน(เว้น)เสียยังบาปแล เถือเสีย แถกเสีย ซัดเสีย ถอนเสียยังบาปแล อิทมตฺถิตญฺเจว อาสรัยเซิ่งผะหยาอันรู้อันหันยังคองแห่งธุตังควัตรแจ้งแท้ด้วยผะหยาตน ก็รู้จักคุณวิเสสว่าธุตังควัตรนี้เปนรั้วอันล้อมอันรักสาสีล สมาธิ ปัญญา แห่งอริยเจ้ามาแต่ก่อนหากเปนเข้าเปนของแห่งอริยเจ้าทังหลายมาแต่ก่อนดีหลีดาย กูบ่ควรเพื่อจักละเสียแล ว่าอั้นแล้วแล มาสละชีวิตแห่งตนปูชาคุณแห่งพระพุทธเจ้า

๙. บ่เพิงเอื้อเฟื้อด้วยตนด้วยชีวิตแห่งตนแท้แล ก็ทรงธุตังควัตรดั่งอั้น ภิกขุตนมีสภาวะสันนี้เปนอันผะเสริฐนักยิ่งกว่าภิกขุทังหลายแล เหตุดั่งอั้นปุคคละตนจักถือธุตังควัตรนี้ ควรเผียบเทียมแห่งนักผาช (ญ์) เจ้าทังหลายฝูงจบแล้วแล ถือวัตรนั้นจิ่งควรแล เมื่อสมาทานเอาก็หื้อถูกเมื่อผังถือนั้นก็หื้อถูกลักขณะอันเปน อปฺปิจฺจา แท้ก็จิ่งควรแล คันธุตังควัตรเปน หีนปาปิจจาเมื่อใด เรียกว่าโจรธุตังควัตรเมื่อนั้นแล คันเปนโจรธุตังควัตรเมื่อใด เรียกว่าเนรยิกสัตเมื่อนั้นแล ฯ เหตุดั่งอั้นโยคาวจรเจ้าทังหลายตนได้ อปฺปิจฺจาทิ คุณอันดีแล้วควรผารพเพียรไปอย่าขาดแท้จิ่งควรแล เหตุพระพุทธเจ้าเทสนาเตือนสติเจ้าภิกขุทังหลายว่าดั่งนี้แล อุฏฺฐหถ นิสีทถ โก อตฺโถ สุปิเนน โว อตุรานํ หิกานิทฺทาสลฺเลวิทฺโธ วลุปฺปตฺติ ภิกฺขเว ดูกราภิกขุทังหลาย ตุมฺเห อันว่าสูท่านทังหลาย อุฏฺฐหถ จักรีบข่มหัวใจหื้อลงสู่คองอันดีแล้ว จุ่งรีบเทียวจมขรม(จงกรม)ร่ำเพิงดูสังขารธัมม์อันดับอันเกิดไจ้ ๆ เทอะ เมื่อเทียวจมขรม(จงกรม)คล่ายแล้วดั่งอั้น นิสีทถ จุ่งนั่งอยู่แล้วร่ำเพิงดูอันดับอันเกิดไปไจ้ ๆ แห่งสังขารธัมม์ทังมวรเทอะ ชรามรณธัมม์เปนอันขับอายุแห่งสูท่าน

๑๐. ทังหลายไปไจ้ ๆ บ่ยั้งสักวันสักยาม คือว่ารุ่งแล้วแลค่ำไปไจ้ ๆ ดีหลีดาย โก อตฺโถ อันว่าผะโยชนะดั่งรือ สุปิเนน ด้วยอันหลับตามใจแห่งท่านทังหลายนั้นชา หิ สจฺจํ วจนํ คำอันกูตถาคตกล่าวนี้มีแท้จิงแล กา นิทฺทา อันว่าหลับตามใจ เต แห่งท่านทังหลาย นิทฺทา อันว่าหลับอันนั้น อตุลานํก็เทียรย่อมหื้อบังเกิดคำเดือดร้อนกินแหนงใจแก่สูท่านทังหลายแล หลับอันนั้นเปนดั่งรือชา เปนดั่งปืนอันชุบพิด อันพิดกล้า รุปฺปติ หากมาเสียบแทงหัวใจแห่งท่านทังหลาย เมื่อพายลูนเล่าดาย ตสฺมา เหตุดั่งอั้นท่านทังหลายบวชในสาสนา พระตถาคตบ่เพิงยินดีด้วยอันหลับตามใจนั้นแล เท่าเพิงขงขวายในอันตื่นอยู่ร่ำเพิงดูสังขารธัมม์ทังหลาย อันรู้ดับรู้เกิดรู้แตกรู้ม้างไปไจ้ ๆ หื้อบังเกิดวิปัสสนาญาณเปนปทัฏฐานแก่มัคคผลนิพพานนั้นแล ปุคคละผู้มีผะหยาได้คำสอนพระพุทธเจ้าในคาถาอันนี้ ควรร่ำเพิงดู แล้วหื้อรีบขงขวายกทำเพียรอย่าคร้านดีหลีเทอะ ฯ ที่นี้จักกล่าวสมาธิธัมม์เจ้าก่อนแล ปณีตสมาธิ มชฺฌิมสมาธิ มุทุสมาธิ สุขสมาธิ อุปจารสมาธิ อปฺปนาสมาธิ สุขสมาธิ นั้นหื้อ

๑๑. ยังอยู่สุขสำรานบานใจ อุปจารสมาธิเจ้า วุฒิตั้งอยู่หมั้นบ่หวั่นไหว แม่นว่าจักยกตีนยอมือก็บ่ได้จักฟื้นจักไหวบ่ได้แล อัปปนาสมาธิเจ้านั้น เปนดั่งนั่งอยู่เหนืออากาศกลางหาวยินอยู่อยะอยะหย่องหย่อง ไนยะหนึ่งว่า เปนดั่งนั่งอยู่เหนืออาสนาอ้วนอ่อนยอบลงเพียงแอวนั้นก็มีแล กล่าวสมาธิธัมม์เจ้าแล้วเท่านี้ก่อนแล ฯ ที่นี้จักกล่าวยุคละทัง ๖ คู่ มีสันนี้แล กายปสฺสทฺธิ จิตฺตปสฺสทฺธิ หื้อเหลื้อมใสแห่งตนหื้อเหลื้อมใสแห่งจิตใจแล ธัมม์ ๒ ลูกนี้ หื้อร่ำงับกิเลสสธัมม์มีต้นว่า อุทธัจจกุกกุจจะ อันหื้อใจแตกใจฟุ้งบ่หื้อร่ำงับนั้นเสียแล กายลหุตา จิตฺตลหุตา หื้อเบาแห่งตนหื้อเบาแห่งจิตแล ธัมม์ ๒ ลูกนี้ร่ำงับกิเลสสธัมม์มีต้นว่า ถีนมิทธ อันกทำหื้อหนักหื้อช้าแห่งกายจิตเสียนั้นแล กายมุทุตา จิตฺตมุทุตาหื้ออ้วนอ่อนแห่งตน หื้ออ้วนอ่อนแห่งจิตแล ธัมม์ ๒ ลูกนี้ร่ำงับกิเลสสธัมม์มีต้นว่า มาน ทิฏฺฐิ อันกทำหื้อคะด้างแขงแห่งกายจิตเสียนั้นแล กายกมฺมญฺญตา จิตฺตกมฺมญฺญตา กทำกัมม์แล้วด้วยตน กทำกัมม์แล้วด้วยใจ ธัมม์ ๒ ลูกนี้ร่ำงับกิ

๑๒. เลสสมีต้นว่า นิวรณ อันกทำบ่หื้อควรแก่บุญญกัมม์แล้ว กทำยังกายจิตหื้อควรแก่บุญญกัมม์แล กายปคุญฺญตา จิตฺตปคุญฺญตา หื้อชำนานด้วยตน หื้อชำนานด้วยจิต ธัมม์ ๒ ลูกนี้ร่ำงับกิเลสมีต้นว่า อภทฺธา อันกทำหื้อกายจิตลำบากเสียนั้นแล กายุชุคฺคตา จิตฺตุชุคฺคตา หื้อซื่อด้วยตน หื้อซื่อด้วยใจแล ธัมม์ ๒ ลูกนี้ร่ำงับกิเลสสมีต้นว่า มายาสาเถยฺย อันกทำหื้อคดหื้อเลี้ยวแห่งกายจิต คืออัน

กล่าวต่อหน้าแท้ว่าสันหนึ่ง ลับหลังแท้พ้อยว่าสันหนึ่งแล กล่าวยังยุคลธัมม์ทัง ๖ ด้วยอันหย้อแล้ว เท่านี้แล ฯ โอวาทานุสาสินี อันนี้อาสรัยแก่ปุคคละผู้เปนวัตถุควรขุณณาแห่งนักผาช(ญ์)เจ้าทังหลายแล กล่าวแล ปุคคละผู้(มี)บุญสมพานภาวนาคันจบพบ ปีติ คันตั้งกทำพัพพะแนงเชิงปลางเดียวนั้น ขุทฺทก ปีติ เกิดเส้นขนลุกเยือก ๆ ดั่งอั้นก็ดีแล อาจารย์เจ้าตนสอนกัมมัฏฐานกล่าวว่าผู้นั้นมีบุญสมพานแล ผู้หาบุญบ่ได้แม่นว่ากทำ ๓๐ ปี เส้นขนหนึ่งก็บ่ลุกยังว่าอั้นก็เปนอันแท้แล มีผู้มีบุญสมพานกทำสัมริทธินัก อันกทำสมริทธินั้นเหตุกทำดีด้วยดั่งกล่าวพายหลังนั้นชุอันเทอะ ฯ อันหนึ่งหื้อหมั่นใคว่จานตน อันหนึ่งหมั่นจาผู้ปฏิบัตมี

๑๓. ใจเสมอกัน อันหนึ่งสมริทธิคือปีติสมาธิเกิดนั้น เหตุบ่เอานิมิตเปนอารัมมณะแล ปุคคละผู้จำเริญว่า พุทโธ พุทโธ นิมิตอันใดเปนต้นว่าหันรูปอันดีอันร้ายก็ดี หันรุ่งเรืองอย่ากัวอย่าเอาเปนอารัมมณะ อย่าวางปริกัมม์ไว้ ผิว่านิมิตอันนั้นบ่หายเท่าอทิฏฐาน(อธิษฐาน)หน่ายเสียว่า กูบ่เอานิมิตฝูงอันหันมานี้แล กูเท่าจักเอาสมาธิในพุทธคุณเจ้านี้แล ว่าอั้นหากจักหายซะแล แม่นว่าหันเปนดั่งรูปพระพุทธเจ้า แลกทำกัมมัฏฐานอันตนกทำนั้น หื้อละเสียสอนอันใหม่ดั่งอั้น ก็อย่าเอาย่อมหื้อเปนอนตรายดาย ผู้ใดรู้อุปเทสแจ้งสันนี้จิ่งได้ปีติสมาธิแล เหตุใด เหตุพุทธรูปเจ้าคุณเจ้าบ่เอานิมิตเปนอารัมมณะ เท่าเอาสภาวธัมม์เปนอารัมมณะดาย คือว่าเท่าเอาคุณพระพุทธเจ้าเปนอารัมมณะสิ่งเดียวแล ฯ กัมมัฏฐานอันบ่เอานิมิตเปนอารัมมณะมี ๑๐ อัน คือว่า พุทธานุสติ ธมฺมานุสติ สงฺฆานุสติ สีลานุสติ จาคานุสติ เทวตานุสติ อุปสมานุสติ มรณานุสติ เอกาสญฺญา เอกาววตฺถา สิบอันแล พรหมวิหาร ๔ อัน คือว่า เมตตา กรุณา มุทิตา อุเปกขา แล ฯ อรูป ๔ อัน คือว่า อากาสนัญจายตน วิญญาณัญจายตน อา

๑๔. กิญจัญญายตน เนวสัญญานาสัญญายตน กัมมัฏฐาน ๑๘ ฝูงนี้บ่เอานิมิตเปนอารัมมณะแล ได้ชื่อว่าอนิมิตตกัมมัฏฐานแล ล้ำกัมมัฏฐาน ๑๘ นั้น กัมมัฏฐาน ๑๒ คือว่า พุทธานุสติ ฯลฯ เอกาวตฺถาน วิญฺญานญฺจายตน เนวสญฺญานาสญฺญายตาน แล กัมมัฏฐาน ๑๒ ฝูงนี้ เอาสภาวธัมม์เปนอารัมมณะดั่งกันแล บ่เอานิมิตเปนอารัมมณะแล ฯ กัมมัฏฐาน ๖ อัน คือพรหมวิหาร ๔ คือ เมตฺตา กรุณา มุทิตา อุเปกฺขา อากาสานญฺจายตน อากิญฺจญฺญายตน ๖ อัน ฝูงนี้เอาปัญญัตติเปนอารัมมณะแลบ่เอานิมิตเปนอารัมมณะ ได้ชื่อว่านวตัพพารัมมณะแล ล้ำกัมมัฏฐาน ๔๐ นั้น กสิณ ๑๐ อสุภ ๑๐ อานาปานุสติ กายคตานุสติ เขา ๒๒ นี้ มีปฏิภาคนิมิตเปนอารัมมณะแล อันหนึ่งเล่า เขา ๘ อันนี้ คือว่า วิปุพฺพพกํ โลหิตกํ ปุฬุวกํ อานาปานสฺสติ อาโปกสิณ เตโชกสิณ วาโยกสิณ อาโลกกสิณ แล เขา ๘ อันนี้ชื่อว่า จัตตาริรัมมณ มักว่ามีอารัมมณะไหวแล อันว่าอารัมมณะฝูงนี้เท่าไหวเมื่อหัวทีดาย ผิเถิงปฏิภาคแท้บ่ไหวแล เหลือกว่า ๘ อันนี้ ย่อมมีอารัมมณะบ่ไหวสักอันแล อันนี้ว่าด้วยอารัมมณะแล เหลือกว่านี้ยัง ๑๘

๑๕. ก็บ่เอานิมิตเปนอารัมมณะแล มีพุทธานุสติเปนต้น มีเนวสัญญานาสัญญาเปนที่แล้ว บ่เอานิมิตเปนอารัมมณะแล ล้ำกัมมัฏฐาน ๔๐ นั้น จักกฎหมายด้วยอันหื้อเถิงฌานนั้นแล บ่หื้อเถิงฌานนั้นแล ดั่งอนุสติ ๑๐ อันเว้น กายคตาสติ แล อานาปานานุสติไว้ ยังหลอ ๘ อันนั้นก็ดี อาหารปฏิกุลสัญญาก็ดี จตุววัตถานก็ดี เขาสิบอันนั้นเท่าเถิงอุปจารดายบ่อาดจักหื้อเถิงฌานแล เหลือกว่านั้นยัง ๓๐ อาดหื้อเถิงฌานแล ล้ำกัมมัฏฐานฝูงอันนำหื้อเถิงฌานนั้น กสิณสิบกับอานาปานสตินั้น อาดหื้อเถิงฌานทัง ๔ ได้แล อสุภ ๑๐ กับกายคตาสตินั้น เท่าหื้อเถิงปถมฌานสิ่งเดียวแล พรหมวิหาร ๓ อันก่อน

คือ เมตตา กรุณา มุทิตา นั้น หื้อเถิงฌาน ๓ อัน คือ ปถมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน แล อุเปกขาพรหมวิหารก็ดี อรูป ๔ ก็ดี อาดจักนำหื้อเถิงจตุตถฌานได้แล ผิจักว่าด้วยอันเพิงแผ่แลบ่เพิงแผ่นั้นหื้อรู้ดั่งนี้แล ล้ำกัมมัฏฐาน ๔๐ นั้น ปฏิภาคนิมิตแห่งกสิณ ๑๐ อันนั้น เพิงแผ่เพิงจำเริญแล ในเมื่อแผ่ดั่งอั้นในที่อันใด อันกสิณนั้นซราบไปถูกดั่งอั้นในที่นั้น โยคาวจร ตนนั้นอาดได้ยินเสียงแห่งสัตทังหลายในที่เท่านั้น ดุจจะดั่งทิพพโสตะนั้น อาดจักหันรูปารัมมณะดุจจะดั่งทิพพจักขุนั้น อาดจักรู้ใจแห่ง

๑๖. สัตทังหลายดุจจะดั่งเจโตปริยญาณนั้น ในที่อันแผ่กสิณไปนั้นแล อันว่าอานิสงแห่งอันแผ่กสิณนั้นแล ส่วนกายคตาสติ แล อสุภะ ๑๐ นั้น แม่นยังมีปฏิภาคนิมิตอันเกิดมีก็ดี ก็บ่เพิงแผ่จำเริญหื้อใหญ่หื้อกว่าแล เหตุว่าที่มันหากกฏแล อันหนึ่งหาอานิสงอันแผ่บ่ได้ ผิว่าผู้ใดแลแผ่แท้ก็เท่าเปนกองโสกโครกอยู่ทังมวรแลหาอานิสงบ่ได้ อันหนึ่งในอันแผ่นั้นหาบ่ได้แล อสุภะ ๑๐ อันบ่เพิงแผ่มีสันใด ฝูงอันเหลือกว่านี้ก็บ่เพิงแผ่ดั่งอั้นแล ดั่งอานาปาณนิมิตนั้น ผิว่าแผ่แท้ดั่งอั้นก็เท่าจักเปนกองลมอยู่เสี้ยงเดียวแล ดั่งพรหมวิหารทัง ๔ นั้น มีสัตเปนอารัมมณะดาย ผิว่าแผ่ก็เท่าเปนหมู่สัตอยู่เสี้ยงเดียวดายหาผะโยชนะบ่ได้แล พายอรูป ๔ อัน ส่วนอารัมมณะแห่งอากาสานัญจายตนะนั้น ก็เพิงใส่ใจด้วยอาการอันผาสะจากกสิณสิ่งเดียวแล้วแล อารัมมณะแห่งวิญญาณัญจายตนะกับเนวสัญญานาสัญญายตนะนั้น เปนสภาวธัมม์ดาย เหตุดั่งอั้นบ่เพิงแผ่แล อารัมมณะแห่งอากิญจัญญายตนะนั้น ได้นัตถิภาวะอันหาบ่ได้แห่งปถมรูปนั้นดาย เหตุดั่งอั้นก็บ่เพิงแผ่แล สิ่งมีต้นว่าพุทธา

๑๗. นุสตินั้นเหตุหาปฏิภาคนิมิตบ่ได้ เหตุดั่งอั้นบ่เพิงแผ่แล อันว่าด้วยเพิงแผ่แลบ่เพิงแผ่แล ผิจักว่าด้วยภูมิเล่าแล อสุภะ ๑๐ กายคตา ๑ อาหารปฏิกุลสัญญา ๑ เขา ๑๒ นี้บ่เปนในเมืองฟ้าแล เขา ๑๒ นี้กับอานาปานะเปน ๑๓ บ่เปนในพรหมโลกแล ในอรูปภวะนั้นก็เท่ามีรูป ๔ อันนั้นแลเหลือกว่านี้ ๒๓ บ่เปนในอรูปภวะแล ในมนุสโลกนี้กัมมัฏฐาน ๔๐ นี้มีพร้อมทุกอันแล อันนี้ว่าด้วยภูมิแล ผิจักว่าด้วยอาการอันเอานิมิตนั้นมี ๓ คือ ทิฏฐนิมิตแล สุตตนิมิตแล ผุฏฐนิมิตแล ล้ำกัมมัฏฐาน ๔๐ นั้น กสิณ ๙ อัน เว้นวาโยกสิณไว้ก็ดี เขา ๙ อันนี้เพิงเอาด้วยทิฏฐนิมิต มักว่าเพิงเลงดูด้วยตาแล้วเอานิมิตแล ตจปญฺจก คือว่า เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ นั้น เพิงเอาทิฏฐแล ฯ สุตฺต มักว่าเพิงเลงดูแลฟังดูแล อานาปนาสตินั้นเพิงเอาด้วยผุฏฐ มักว่าเพิงรู้ที่ถูกต้องนั้นแล ยังหลอกว่านี้ ๑๘ เพิงเอาด้วยสุตตแล อุเปกขาพรหมวิหาร ๑ อรูป ๔ เขา ๕ อันนี้ โยคาวจรผู้ภาวนาหัวทีบ่เอานิมิตแล ยังหลอกว่านี้ ๓๕ โยคาวจรเอาอันใดอันหนึ่งก็ดีแล อันนี้ว่าด้วยเอานิมิตแล ผิจักว่าด้วย

๑๘. อันเปนผะไจแก่กันนั้น กสิณ ๙ อันเว้นอากาสกสิณไว้เปนผะไจแก่อรูป ๔ อันได้แล กสิณ ๑๐ อันเปนผะไจแก่อภิญญาณได้แล พรหมวิหาร ๓ อันเปนผะไจแก่อุเปกขาพรหมวิหารได้แล อรูปอันต่ำเปนผะไจแก่อันบนแล เนวสัญญานาสัญญายตนะเปนผะไจแก่นิโรธสมาบัติแล กัมมัฏฐานทังมวรย่อมเปนผะไจแก่กันอันอยู่สุขในอัตตภาวะอันนี้ชุอันแล ฯ ส่วนวิปัสสนานั้นเปนผะไจแก่ภวสัมปัตติคือบัวระมวลด้วยภวะแล อันนี้ว่าด้วยอันเปนผะไจแล ผิจักว่าด้วยอันควรแก่จริตนั้น จริตมี ๖ คือว่า ราคจริต โทสจริต โมหจริต วิตกจริต สัทธาจริต พุทธจริตแล อสุภะ ๑๐ กับกายคตาสติเปนสัปปายะควรแก่ผู้ร่ำเพิงราคะจริตแล ฯ พรหมวิหาร ๔ กับ วัณณกสิณ ๔ มีต้นว่านีลกสิณ เขา ๘ อันนี้เปนสัปปายะควรแก่ผู้โทสจริตแล ฯ อานาปานสติอันเดียวนั้นเปนสัปปายะ ควรแก่ผู้โมหจริตแล วิตกจริตแล ฯ อนุสติ ๖ อัน พายต้นมีพุทธานุสติเปนต้น เปนสัปปายะควรแก่ผู้สัทธาจริตแล ฯ มรณานุสติแลอุป

๑๙. สมานุสติแล ธาตุววัตถานแล อาหารปฏิกุลสัญญา เขา ๔ อันนี้ เปนสัปปายะควรแก่พุทธจริตแล กสิณเหลือกว่านี้ก็ดี อรูป ๔ ก็ดี เปนสัปปายะควรแก่ปุคคละทังมวรแล ล้ำกสิณทังหลายนั้น กสิณอันน้อยอันแควบเปนสัปปายควรแก่ผู้มีวิตกจริตแล กสิณอันใหญ่เปนสัปปายะแก่ผู้โมหจริตแล อันนี้ว่าด้วยสัปปายะควรแก่จริตแล ฯ โยคาวจรตนใดใฝ่ใคร่กทำกัมมัฏฐานพระพุทธเจ้า ๔๐ นี้โสดโยคาวจรเจ้าตนนั้น ควรกทำพุทธคุณก่อนทุกตนพอหื้อได้ปีติสมาธิหมั้นคุงดีด้วยดั่งกล่าวมานี้ทุกอันดีหลีแล อย่ารีบอย่าด่วนเปี่ยง(เปลี่ยน) เมื่อหน้าจา(จัก)หาพายบ่ได้ดั่งอั้น บ่ดีนา คันอั้นย่อมจักคร้านเหตุดั่งอั้นค่อยจำเริญต้วงนักสิ้นกาละแควนนาน ค่อยนวดค่อยฟั้นค่อยคั้นค่อยนีดแล้วร่ำเพิงดูหัวใจแห่งตนว่าสันนี้ก่อน เมื่อก่อนใจกูบ่เปนสันนี้ บัดนี้ใจกูพ้อยมาเปนสันนี้ว่าอั้น หื้อหมั้นหื้อคุง(คง)หื้อแจ้งประถัก(จักษ์)ดีหลีแล้ว เยียะเปี่ยงหื้อเมือหน้าดั่งอั้น กัมมัฏฐานพายหน้าอันวุฒิ เหตุผะใจพาคล้ำ(ค้ำ)ดีนักโสด คันรู้แจ้งประถักสันนั้น ตนหากรู้ใจตนผู้อื่นบ่อาดรู้ได้เลย ด้วยมี

๒๐. แท้แล เมื่อใดปีติสมาธิหมั้นคุงดั่งอั้น ใจแควนงามกว่าปกติ เหตุนิวรณธัมม์แควนร่ำงับเหตุสัมปยุตตธัมม์ทังหลายอันควรมาเปนต้นว่า สทฺธา สติ หิริโอตฺตปฺป อโลโภ อโทโส ตตฺรมชฺฌตา กายปสฺสทฺธิ จิตฺตปสฺสทฺธิ กายลหุตา จิตฺตลหุตา กายมุทุตา จิตฺตมุทุตา เปนต้นดั้งอั้นมาพร้อมหั้น คันอั้นเปนเหตุหื้อสีลแห่งตนหมั้นคุงหั้นแล ฯ แรกแต่สมาธิเปนนั้นค่อยรักสาไว้อย่าหื้อหายเสีย อย่าได้ผะหมาทสักอัน หมั่นสมมาแต่นั้นจำเริญไปเมือหน้า คันว่าตั้งกทำที่ใดปีติสมาธิดีด้วยดั่งกล่าวมานั้นก็เกิดเปนทุกที่ดั่งอั้นว่าปีติสมาธิหมั้นคุงดั่งอั้น เหตุผารมดีนักแล เมื่อผารมบ่เลิงบ่เสมอ ปีติสมาธิในสมถะเปนต้นว่าพุทธคุณอันได้แล้ว ก็รู้เสียเหตุเปนโลกิยธัมม์รู้สิบรู้หายดาย ในเมื่อสมาธิยังหน่อมเสบ(เสพ) ปุคคละผู้บ่สัปปายะก็เสีย วิตักวิจารอันบ่สัปปายะก็เสีย อุตุบ่สัปปายะก็เสีย โภชนะบ่สัปปายก็เสีย คันว่ารู้เสียผิว่าจักปฏิบัตหื้อเปนคุณแก่ตนแท้ใส้ เยียะผะกอบด้วยสัทธาเชื่อต้วงนักถวายสมมาแล้ว ตั้งตนไปดั่งเก่าเล่า ปีติสมาธิเจ้าก็

๒๑. หากจักเกิดเล่าชะแล ฯ สภาวะเปนกุสลธัมม์กทำเมื่อใด กุสลธัมม์ก็เกิดเมื่อนั้นแล สภาวอันเปนอกุสลธัมม์นั้นกทำเมื่อใด อกุสลธัมม์ก็เกิดเมื่อนั้นแล ฯ ผิว่ากทำเปนอธิกัมมิเมื่อหัวทีนั้นก็หื้อใส่ใจกทำด้วยสัทธาหาวิจิกิจฉาบ่ได้แท้ดีหลีแล พ้อยหากบ่เกิดบ่จวบบ่พบสักอัน แม่นว่าเส้นขนหนึ่งก็บ่ไหวแท้ดั่งอั้น ควรร่ำเพิงว่าสันนี้ กัมมัฏฐานพระพุทธเจ้านั้น สิเปนนิยานิกควรนำเอาสัตตโลกออกจากสงสารดีหลีนา กูกทำพ้อยบ่ผากฏสักอันสันนี้ เหตุหาอาจินแต่ก่อนบ่ได้แล จิ่งบ่ผากฏแก่กูชะแล ว่าอั้นแล้ว ค่อยกทำเพียรไปหากจักผากฏพายหน้าชา เยียะบ่กทำเยียะไกลแก่นิพพานเจ้าแล ควรร่ำเพิงเถิงคุณพระพุทธเจ้าอันไปเทสนาสติปัฏฐานแก่ชาวเมืองกุรุทังหลาย เหตุเขาย่อมถือกัมมัฏฐานทุกคน ทังข้าญิงข้าชายบ่หลอสักคน ด้วยลวงสุดไปนกแขกเต้าอันภิกขุณีหากสอนอัฏฐิกัมมัฏฐาน ก็ภาวนาว่า อัฏฐิ อัฏฐิ พอกระดูกผากฏดีหลีดายว่าอั้น ค่อยกทำเพียรไปอย่าละเพียรเสียหากจักสมริทธิพายหน้าบ่อย่าชะแล ฯ โยคาวจรเจ้าตนจักภาวนายังอนิมิตตกัมมัฏฐาน

๒๒. ๑๔ คือว่า พุทธานุสติ ธัมมานุสติ สังฆานุสติ จาคานุสติ เทวตานุสติ อุปสมานุสติ มรณานุสติ เอกธาตุววัตถานสัญญา เอกธาตุววัตถาน เมตตา กรุณา มุทิตา อุเปกขา เปน ๑๔ แล หื้อไว้สติในหัวใจชุดวงแล ฯ อรูปทัง ๔ ก็ดี ก็ได้ชื่อว่าอนิมิตตกัมมัฏฐานแลดั่งกันแล ฯ นิมิตตกัมมัฏฐานมี ๒๒ คือว่า กสิณ ๑๐ อสุภ ๑๐ กายคตาสติ ๑ อานาปนาสติ ๑ เปน ๒๒ แล ชื่อว่านิมิตกัมมัฏฐานแลหื้อไว้สติในนิมิตตกัมมัฏฐานดั่งกันแล ฯ อันว่าวิปัสสนากัมมัฏฐานก็ชื่อว่าอนิมิตตแล ควรไว้สติในหัวใจ

สันเดียวแล กล่าวลักขณกิจจะอันกทำพ่ำเพียงปฏิบัตกัมมัฏฐานด้วยหย้อแล้วเท่านี้แล ฯ ที่นี้สมถกัมมัฏฐานทังมวรมี ๔๐ ทัส คือ กสิณ ๑๐ อสุภ ๑๐ อนุสติ ๑๐ พรหมวิหาร ๔ อรูป ๔ อาหารปฏิกุลสัญญา ๑ จตุธาตุววัตถาน ๑ รอมกันเปน ๔๐ ลวดเปน ๔๐ ทัสแล กสิณ ๑๐ คือ ปถวีกสิณ อาโปกสิณ เตโชกสิณ วาโยกสิณ ๔ อันนี้ชื่อธาตุกสิณแล นีลกสิณ ปีตกสิณ โลหิตกสิณ โอทาตกสิณ ๔ อันนี้ชื่อวัณณกสินแล อโลกกสิณ อากา

๒๓. สกสิณ ๒ อันนี้ชื่อกสิณอรูปแล ลวดเปน ๑๐ แล ฯ อสุภ ๑๐ อันนั้นคือ อุทธุมาตกัง ได้ซากผีอันพองขึ้น ๑, วินีลกัง ได้ซากผีอันเขียว ๒, วิปุพพกัง ได้ซากผีหนองเน่าไหลออกแล ๓, วิฉิททกัง ได้ซากผีอันขาดปุดเปนท่อน ๔, วิกขายิตกัง ได้ซากผีอันสัตกิน ๕, วิกขิตตกัง ได้ซากผีอันปุดเปื่อยเรี่ยราย ๖, หตวิกขิตตกัง ได้ซากผีอันคนเอาดาบสับไขว้เกียงเปนดั่งตีนกานั้น ๗, โลหิตกัง ได้ซากผีอันเลือดไหลออกนั้น ๘, ปุฬุวกัง ได้ซากผีอันมีหนอนไต่อยู่ยะยาบ ๙, อัฏฐิกัง ได้ซากผีอันหลอแต่ซร้างดูกนั้น ๑๐ อสุภ ๑๐ แล ฯ อนุสติ ๑๐ นั้น คือ พุทธานุสติ ธัมมานุสติ สังฆานุสติ สีลานุสติ จาคานุสติ เทวตานุสติ อุปสมานุสติ มรณานุสติ กายคตานุสติ อานาปานานุสติ ลวดเปน ๑๐ ชื่ออนุสติ ๑๐ แล ฯ พรหมวิหาร ๔ นั้น คือ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเปกขา ๔ ฯ อาหารปฏิกุลสญญา ๑ ธาตุววัตถาน ๑ อรูปกัมมัฏฐาน ๔ อันนั้น คือ อากาสานัญจายตน ๑ วิญญาณัญจายตน ๑ อากิญจัญญายตน ๑ เนวสัญญานาสัญญายตน ๔ แล ล้ำส

๒๔. มถกัมมัฏฐาน ๔๐ ทัสนี้ ดั่งกสิณ ๑๐ นั้น โยคาวจรทังหลายบ่หุมปฏิบัตแล เราบ่บอกวิธีอันจักภาวนาแล เท่าบอกยังวิธีอันจักภาวนายังกัมมัฏฐานฝูงอื่นชะแล แท้แล ฯ กิจจะอันภาวนาอสุภ ๑๐ นั้นเพิงรู้ดั่งนี้ โยคาวจรตนจักภาวนาอสุภกนั้น คันหันซากผีอันยังใคล่พองอยู่นั้น หื้อยืนอยู่ที่ใกล้หั้นผ่อดูด้วยตาแห่งตนหน่อง(น้อม)ผันเปนอารัมมณะเปนนิมิตแล้วภาวนาว่า อุทฺธุมาตกํ ปฏิกุลํ ดังนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ นิมิตอารัมมณะคือซากผีอันพองนั้น หากจักผากฏในใจแห่งโยคาวจรตนนั้น แม่นหลับตาอยู่ก็เปนดั่งหันด้วยตานั้น มีสภาวะอันหน่ายยิ่งนักก็เกิดมี แดนนั้นไปควรเอานิมิตอันนั้นหื้อหมั้นแล้ว ค่อยภาวนาไปไจ้ ๆ อย่าละเพียรอันนั้นเสีย บุญสมพานมีอุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิหากจักเกิดชะแล ฯ โยคาวจรคันหันซากผีอันเขียว ถือเอานิมิตภาวนาว่า วินีลกํ ปฏิกูลํ ไปไจ้ ๆ เทอะ ฯ คันหันซากผีอันหนองไหลออก เอาเปนนิมิตภาวนาว่า วิปุพฺพกํ ปฏิกูลํ ไปไจ้ ๆ เทอะ ฯ คันหันซากผีอันขาดปุดเปนท่อน เอานิมิตภาวนาว่า วิจฺฉิทฺทกํ ปฏิกูลํ ไปไจ้ ๆ เทอะ ฯ คันหันซากผีอันสัตกินสน่อยก็ดีเอาเปนนิมิตภาวนาว่า วิกฺขายิตกํ ปฏิกูลํ ไปไจ้ ๆ เทอะ ฯ คันหันซากผี

๒๕. อันปุดเรี่ยรายไปต่างอันต่างอยู่ เอานิมิตเปนอารัมมณะภาวนาว่า วิกฺขิตฺตกํ ปฏิกูลํ ดั่งนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ ฯ คันหันซากผีมีเลือดไหลออก เอาเปนนิมิตแล้วภาวนาว่า โลหิตกํ ปฏิกูลํ ดั่งนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ ฯ คันหันซากผีอันหนอนไต่อยู่ยะยาบ เอาเปนนิมิตภาวนาว่า ปุฬุวกํ ปฏิกูลํ ดั่งนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ ฯ คันหันซากผีอันเปนซร่างดูกอยู่นั้นก็ดี เท่ามาตราได้หันดูกอันเดียวหนึ่งก็ดี เอาเปนนิมิตแล้วภาวนาว่า อฏฺฐิกํ ปฏิกูลํ ดั่งนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ ฯ วิธีภาวนาอสุภแล้วเท่านี้ก่อนแล ฯ ที่นี้เราจักบอกวิธีอันภาวนาอนุสติ ๑๐ อัน มีพุทธานุสติเปนต้น เพิงรู้ดั่งนี้เทอะ โยคาวจรผู้จักภาวนาพุทธานุสติหื้อสมมาพระแก้ว ๕ จำพวกก่อน แล้วเข้าสู่ที่สงัดจากอารัมมณะแล้วนั่งไขว้เกล้าหื้อแทบแล้วตั้งตนไว้หื้อซื่อ หลับตางับปากไว้ มือทัง ๒ ไว้เหนือตัก ฝ่ามือเบื้องซ้ายไว้ลุ่มเบื้องขวาซ้อนบนแล้ว เวรตนแก่พระพุทธเจ้าก่อนว่า

อิมาหํ ภนฺเต ภควา อิมํ อตฺตภาวํ สชีวิตํ ตุมฺหากํ สพฺพพุทฺธานํ ปริจฺจชามิ นิยฺยาเทมิ ดั่งนี้ ๓ ทีแล้ว คึด ใจอย่าออกปากไว้มือเหนือตักแล้วอย่าซาบว่า อปฺปมาโณ พุทฺโธ อปฺปมาโณ ธมฺโม อปฺปมาโณ สงฺ

๒๖. โฆ พระพุทธเจ้ามีคุณอันหาผะหมานบ่ได้ พระนวโลกุตตรธัมม์แลปริยัตติธัมม์มีคุณอันมากบ่อาดจักนับได้แล พระสังฆเจ้าก็ทรงคุณอันมากหาผะหมานบ่ได้แท้แล ฯ พุทฺโธ เม นาโถ พระพุทธเจ้าตนถรัสรู้จตุอริยสัจจธัมม์เปนที่เพิ่งแก่ข้าแล, ธมฺโม เม นาโถ พระนวโลกุตตรธัมม์เจ้า ๙ ผะการสิบกับทังปริยัตติธัมม์เปนที่เพิ่งแก่ข้า, สงฺโฆ เม นาโถ พระสังฆเจ้า ๒ จำพวก คือสมุตติแลอริยสังฆเจ้าเปนอเนกคุณธารเปนที่เพิ่งแก่ข้า, กมฺมฏฺฐานํ เม นาถํ กัมมัฏฐานเจ้า ๒ จำพวก คือสมถกัมมัฏฐานแลวิปัสสนากัมมัฏฐานเปนที่เพิ่งข้า, กมฺมฏฺฐานทายกาจริโย เม นาโถ อาจารเจ้าตนสอนธัมม์กัมมัฏฐานทังมวรเปนที่เพิ่งแก่ข้า เพื่อหื้อหายอัชฌัตตพหิทธอนตราย(อันตราย)ทังมวรแท้ดีหลีแล บัดนี้ผู้ข้าจักภาวนาพุทธานุสติกัมมัฏฐาน คือตั้งไว้ยังพุทธคุณเจ้าเปนอารัมมณะ ร่ำเพิงเถิงคุณราสีอันเปนอนันตามีอรหัตตทิคุณเปนต้น เพื่อหื้อเปนผะไจแก่มัคคผลนิพพานปฏิเวธปีติสมาธิธัมม์เจ้าขอจุ่งเกิดเปนในตน ในใจ แห่งข้า ใน

๒๗. อิริยาบถอันข้านั่งนี้แท้ดีหลีเทอะ ฯ อิติปิ โส ภควา ฯลฯ พุทฺโธ ภควาติ ฯ ๓ ที ฯ โส ภควา อันว่าพระพุทธเจ้าตนนั้น อรหํ ได้ชื่อว่าอรหันต์ อิติปิ มักว่า อิมินา จ การเนน แม่นด้วยเหตุอันนี้ก็ดี พระพุทธเจ้าตนนั้นได้ ชื่อว่าอรหันต์ด้วยเหตุอันกำจัดรีดถางม้างเสียยังสังสารจักด้วยดาบแก้วคืออรหัตตมัคคญาณ ผะการหนึ่งพระพุทธเจ้าตนนั้น ได้ชื่อว่าอรหํ ด้วยเหตุอันไกลแต่ข้าเสิ้กคือราคาทิปาปธัมม์ ผะการหนึ่งพระพุทธเจ้าตนนั้นได้ชื่อว่าอรหํ ด้วยอันพระบ่กทำยังปาปธัมม์ในที่สงัดเปนดั่งสมัญญสัตทังหลาย ผะการหนึ่งพระพุทธเจ้าตนนั้นได้ชื่อว่าอรหํ ด้วยเหตุอันเปนอัคควรทักขิเณยยะปุคคละ ตนผะเสริฐยิ่งกว่าทักขิเณยยะปุคคละทังหลายในโลกนี้ เปนอรหันตาตนผะเสริฐยิ่งกว่าอรหันตาในโลกนี้ พระทรงคุณหาที่สุดบ่ได้ ควรเพื่อรับเอายังปูชาภิเสสแห่งนรเทวทังหลายอันนำมาแท้ดีหลีจิง(จริง)แล ฯ อิติปิ โส ภควา อรหํ ๓ ที อรหํ อรหํ หื้อภาวนาสันนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ พุทธานุสติสมัตตาแล้ว ฯ โยคาวจรปุคคละจักภาวนาธัมมานุสติกัมมัฏฐาน หื้อนั่งพัพพะแนงเชิงหื้อขาทัง ๒ ติดแทบ

๒๘. อาสนา ตั้งตนหื้อซื่อหลับตางับปาก ระนึกเถิงพระแก้วเจ้า ๕ จำพวกเปนที่เพิ่งแล้ว ระนึกเถิงธัมมคุณว่า สฺวากฺขาโต ภควตา ธมฺโม สนฺทิฏฺฐิโก อกาลิโก เอหิปสฺสิโก โอปนยิโก ปจฺจตฺตํ เวทิตพฺโพ วิญฺญูหีติ ๓ ที ธมฺโม อันว่าโลกุตตรธัมม์เจ้า ๙ ผะการ ปริยตฺติทสโม อันมีปริยัตติธัมม์เปนถ้วนสิบ สมนฺนาคโต อันผะกอบ ตีหิ การเนหิ ด้วยเหตุทังหลาย ๓ อันฝูงนี้ ธมฺโม อันว่าโลกุตตรธัมม์เจ้า ๙ ผะการ สิบกับทังปริยัตติธัมม์ ภควตา อันพระพุทธเจ้า สวากฺขาโต มักว่า สุฏฺฐุ อกฺขาโต หากกล่าวเทสนาดีนัก ธมฺโม อันว่าโลกุตตรธัมม์เจ้านั้น สนฺทิฏฺฐิโก อันปฏิปันนกปุคคละหากเพิงหันด้วยดีด้วยตนแท้บ่คลาดแล ธมฺโม อันว่าโลกุตตรธัมม์ ๙ อกาลิโก อันหื้อผละถัดตนบ่มีกาลอันขั้น ธมฺโม อันว่าโลกุตตรธัมม์ เอหิปสฺสิโก ชื่อเอหิปัสสิก เหตุภาวะแห่งโลกุตตรธัมม์นั้น ควรเพิงได้ยังวิธีคืออันเรียกมายังปุคคละผู้อันปฏิบัตด้วยคำว่า เอหิ ปสฺส อิมํ ธมฺมํ ดั่งนี้ ธมฺโม อันว่าโลกุตตรธัมม์นั้น โอปนยิโก ชื่อโอปนยิก เหตุภาวะแห่งโลกุตตรธัมม์อันนั้น อัน

๒๙. ปุคคละผู้ปฏิบัตหากน้อมน้าวมาในใจแห่งตนด้วยภาวนา ธมฺโม อันว่าโลกุตตรธัมม์อันนั้น วิญฺญูหิ อันนักผาช(ญ์)ทังหลาย เวทิตพฺโพ หากเพิงรู้ ปจฺจตฺตํ มักว่า อตฺตโน จิตฺเต ในใจแห่งตน ไนยะหนึ่ง ปจฺจตฺตํ แจ้งนักด้วยปัจจเวกขณญาณ อันเปนมาแต่พายลุนแห่งมัคควิถีนั้นแล ฯ สวากฺขาโต

ภควตา ธมฺโม ๓ ที ธมฺโม อันว่านวโลกุตตรธัมม์ ๙ อัน ปริยัตติธัมม์เปนถ้วนสิบ ภควโต อันพระเปน เจ้า สวากฺขาโต หากกล่าวเทสนาดีนัก เพื่อหื้อปุคคละผู้ปฏิบัตหื้อกับออกจากวัฏฏทุกข์ทังมวรแท้แล ฯ สวากฺขาโต ภควตา ธมฺโม เรื่อยไปไจ้ ๆ ร้อยคาบพันคาบเทอะ ธมฺมานุสติ กฺมมฏฺฐานํ สมตฺตํ ฯ โยคาวจรจักภาวนาสังฆานุสติกัมมัฏฐานเล่า เข้าสู่ที่สงัดนั่งไขว้เกล้าตั้งตนหื้อซื่อดีแล้วหลับตางับปาก ระนึกเถิงพระแก้ว ๕ จำพวกเปนที่เพิ่งว่า พุทฺโธ เม นาโถ พระเจ้าเปนที่เพิ่งแก่ข้า ฯลฯ กฺมฺมฏฺฐานทาย กาจริโย เม นาโถ อาจารย์เจ้าตนหื้อกัมมัฏฐานเปนที่เพิ่งแก้ข้า ผู้ข้าจักภาวนาสังฆานุสติกัมมัฏฐานเจ้า ปีติสมาธิธัมม์เจ้าอันผะเสริฐ จุ่งเกิดในกายจิตแห่งข้าในอิริ

๓๐. ยาปถอันนี้แท้ดีหลีเทอะ สุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ ฯลฯ ปุญฺญกฺเขตฺตํ โลกสฺสาติ สาวกสงฺโฆ อันว่าหมู่แห่งปุคคละทังหลาย อันมีชื่อว่าสาวกสังฆะ ด้วยอัตถะว่าเถิงอันเสมอกันด้วย ทิฏฐิ สีล สมาธิ ได้ชื่อว่าสาวกะ ด้วยอัตถะว่าฟังยังธัมม์แล้วแลปฏิบัตธัมม์คำสอน ภควโต แห่ง พระพุทธเจ้าตนชื่อว่าภควา สุปฏิปนฺโน อันปฏิบัตดี เหตุภาวะแห่งสาวกสังฆนั้นไต่เทียวไปด้วยมัชฌิม ปฏิปทา คืออัฏฐังคิกมัคค ๘ อันบัวริสุทธ์ สาวกสงฺโฆ อันว่าสาวกสังฆะนั้น อุชุปฏิปนฺโน อันปฏิบัตดี ด้วยตนด้วยปากด้วยใจ ไนยะหนึ่ง อันละเสียยังวังกะอันคดบาท อันละเสียยังกุฏิลคืออันคดดั่งเยี่ยววัว อันไหลไปเหนือแผ่นดินนั้น อันละเสียยังชีวหา คืออันคดดั่งพากตักแกง สาวกสงฺโฆ อันว่าสาวกสังฆะ ภควโต แห่งพระเปนเจ้า ญายปฏิปนฺโน อันปฏิบัตเพื่อนิพพานแท้ สาวกสงฺโฆ อันว่าสาวกสังฆะ ภคว โต แห่งพระเปนเจ้า สามีจิปฏิปนฺโน อันปฏิบัตเซิ่งอันควรแก่นิพพาน ไนยะหนึ่ง อันปฏิบัตหื้อพ่ำเพงยัง สิกขา ๓ อันเปนเหตุแห่งสามีจิกัมม์

๓๑. ยทิทํ มักว่า ยานิ อิมานิ ปุริสยุคลานิ อันว่าปุคคละทังหลายฝูงนี้ อันได้แห่งปุริสทัง หลาย จตฺตาริ ๔ คู่ก็ดี ยทิทํ มักว่า เย อิเม ปุริสยุคลานิ อันว่าปุคคละทังหลายฝูงนี้ อันได้คือปุริสอัฏฐ ๘ จำพวก โหติ แลมี เอส มักว่า เอโส สมุโห อันว่าชุมนุมอันนั้น เตสํ ปุริสยุคานํ จ แห่งปุริสยุคะทัง หลายฝูงนั้นก็ดี เตสํ ปุริสยุคาลนํ จ แห่งปุคคละทังหลายฝูงนั้นคือปุริสะก็ดี สาวกสงฺโฆ อันว่า สาวกสังฆะ ภควโต แห่งพระพุทธเจ้า อาหุเนยฺโย ควรเพื่อรับเอายังทานอันนรเทวทังหลายหากนำมา แต่ที่ไกลแลหื้อ ปานุเนยฺโย อันควรรับเอายังทานอันนรเทวทังหลายหากแต่งไว้หื้อด้วยครพแลหื้อ เหมือนดั่งวัตถุอันคนทังหลายหากแต่งไว้แก่ญาติทังหลาย อันเปนที่รักจำเริญใจแล มาเปนแขกแก้วนั้น ทกฺขิเนยฺโย อันควรรับเอายังทานอันนรเทวทังหลายเชื่อยังกัมมผละแลหื้อ อญฺชลีกรณีโย ควรโลก ทังมวรประหนุม (นม) มือตั้งขะหม่อมไหว้ด้วยครพ ปุญฺญเขตฺตํ เปนเสมอดั่งนาที่ดีอาดหื้องอกออก ยังพิชชคือบุญ อนุตฺตรํ บ่มีอันจักเสมอจักยิ่ง โลกสฺส แก่โลกแล ฯ สุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ ภาวนาดั่งนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ

๓๒. สงฺฆานุสติ สมตฺตา ฯ โยคาวจรภาวนาสีลานุสติกัมมัฏฐาน หื้อสมมาแล้วสมาทานเอา สีล ๕ สีล ๘ สีล ๑๐ แล จตุปริสุทธสีลหื้อบอริสุทธ์แล้ว เข้าสู่ที่สงัดนั่งไขว้เกล้าตั้งตนหื้อซื่อหลับตางับ ปาก หื้อระนึกเอาพระแก้ว ๕ จำพวกเปนที่เพิ่งก่อนว่า พระพุทธเจ้าแลพระสัทธัมม์ พระสังฆเจ้าแล กัมมัฏฐานทายกจริยเจ้าเปนที่เพิงแก่ข้าเทอะ ข้าจักภาวนาสีลานุสติกัมมัฏฐานเจ้า ปีติสมาธิธัมม์เจ้า จุ่งเปนกับเกิดในกายจิตแห่งข้าบัดนี้เทอะ ฯ อโห วต เม สีลานิ อขณฺฑานิ อจฺฉิทานิ อสพฺพลานิ อกมฺมสานิ อปรมตฺถานิ ภุชฺชิสานิ วิญฺญูปสตฺถานิ สมาธิสํวตนิกานิ สีลา เม ปริสุทฺธา สีลา อันว่าสีล เม แห่งข้า อขณฺฑานิ บ่ขาดเปนบั้นเปนท่อน คือว่าบ่เสียเบื้องต้นเบื้องปลาย อจฺฉิทานิ บ่เปนช่องเปนรูคือ

บ่เสียทํ่ากลาง อสพฺพลานิ อันบ่ด้างขาวไหนคือบ่เสีย ๒ อัน ๓ อัน ลํ่าดับกัน อกมฺมสานิ อันบ่พร้อยบ่ลายคือบ่เสียหยกหย่างถัดกัน อปรามตฺถานิ อันมีตัณหามานทิฏฐิบ่ลูบบ่ถือเอาได้ หื้อเข้าอํานาจแห่งตน ภุชฺชิสานิ อันกทํายังตนแห่งข้าหื้อเปนไทยบ่หื้อ

๓๓. เปนข้าแห่งตัณหามานทิฏฐิ วิญฺญูปสตฺถานิ อันนักผาช (ญ์) เจ้าทังหลายหมายมีต้นว่าพระสัพพัญญูเจ้าหากสักเสินว่าผะเสริฐเปนเหตุหื้อเกิดแห่งสุข ๓ ผะการ มีนิพพานสุขเปนยอดบ่หื้อหล้มลอดสู่จตุรอบาย สมาธิวตนิกานิ อันหื้อเกิดแห่งสมาธิธัมม์ คืออุปจารสมาธิแลอัปปนาสมาธิ อโห วต ด้วยมีแท้แล อโห วต เม สีลานิ อขณฺฑานิ หื้อภาวนาดั่งนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ สีลานุสติแล้วแล ฯ โยคาวจรปุคคละจักภาวนาจาคานุสติกัมมัฏฐานดั่งอั้น เข้าสู่ที่สงัดไขว้เกล้าตั้งตนหื้อซื่อหลับตางับปากซ้อนมือเหนือตักแล้ว ระนึกเถิงทานแห่งตนอันได้สละแล้วแต่ก่อน แม่นมากก็ดี น้อยก็ดีหื้อถ่องแจ้งแล้วภาวนาว่าดั่งนี้ อโห วตาหํ วิคฺคตมจฺเฉน เจตสา วิหารามิ มุตฺตจาโค ปยตปาณี โวสคฺครโต ยาจโยโค วทญฺญู ทานํ สํวิภาครโตติ ๓ ที ฯ อหํ อันว่าข้า มุตฺตจาโค มีทานได้สละป่อยไป ปยตปาณี มีมืออันชุ่มด้วยสมถอันตกแต่งยังทาน โวสคฺครโต อันยินดีด้วยอันสละยังทาน ยาจโยโค อันผะกอบ

๓๔. ด้วยคนขอ วทญฺญู อันรู้ยังอัตถะแห่งคําอันยาจกแลสมณพราหมณ์อันเข้ามาสู่สํานักแห่งตนแลกล่าว ทานสํวิภาครโต อันยินดีเซิ่งอันแจกยังทาน วิหรามิ ก็อยู่บัดนี้ เจตสา ด้วยกุสลจิตวิคตมจฺเฉเรน อันมีมัจฉริยธัมม์หากคลาดแล้ว อโห วต ด้วยมีแท้สิ่งเดียวแล ฯ อโห วตาหํ วิคตมจฺเฉเรน เจตสา วิหรามิ เท่าหื้อภาวนาดั่งนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ จาคานุสติกมฺมฏฺฐานํ สมตฺตํ ฯ โยคาวจรปุคคละผู้จักภาวนาเทวตานุสติกัมมัฏฐาน หื้อบังเกิดคุณอันผะเสริฐดีงาม คือสัทธา ๑ สีล ๑ สุต ๑ จาค ๑ ปัญญา ๑ คันธัมม์ ๕ ผะการนี้ตั้งอยู่ในตนแล้ว หื้อเข้าสู่ที่สงัดนั่งไขว้เกล้าหลับตางับปากแล้วรํ่าเพิงในใจว่า สพฺเพ เทวา สอินฺทกา อิเม สทฺธา สีลาทิคุเณหิ สมนฺนาคตา ฉสุ เทวโลเกสุ อุปฺปชนฺติ อิเม คุณา สทฺธา สีลาทิกา มม จิตฺตสนฺตาโน ภวนฺติ ยถาเทวา สุขํ ปาโปนฺติ ตถาหํ สุขํ ปาปุเณยฺยํ สทฺธาทิคุณ ยุตฺตา หเว ๓ ทีแล้ว สพฺเพ เทวา สอินฺทกา อันว่าเทวดาทังหลายมวลอันมีพญาอินเปนต้น

๓๕. สมนฺนาคตา อันผะกอบด้วย อิเมหิ คุเณหิ ด้วยคุณทังหลายฝูงนี้ สทฺธาสีลาทิคุเณหิ อันมีสัทธาสีลาทิคุณเปนต้น อุปชฺชนฺติ เขาก็ได้เมือเกิด ฉสุ เทวโลเกสุ ในเทวโลกทัง ๖ ชั้นแล อิเม คุณา อันว่าคุณทังหลายฝูงนี้ สทฺธาสีลาทิกา อันมีสัทธาสีลาทิคุณเปนต้น ภวนฺติ ก็มี จิตฺตสนฺตาเน ในตนในใจ มม แห่งกูแล เทวา อันว่าเทวดาทังหลาย กตปุญฺญา มีบุญได้กทําแล้ว ปปฺโปนฺติ ก็ได้เถิง สุขํ ยังสุข ยถา สันใด อหํ อันว่ากู กตปุญฺโญ มีบุญได้กทําแล้ว ปาปุเณยฺยํ ก็เพิงเถิง สุขํ ยังสุข ตถา ก็เปนดั่งเทวดาทังหลายฝูงนั้น สทฺธาทิคุณยุตฺตตา เหตุภาวะแห่งกูผะกอบด้วยคุณมีสัทธาเปนต้น หเว ด้วยแท้แล ฯ ยถา เทวา สุขํ ปปฺโปนฺติ ตถาหํ สุขํ ปาปุเณยฺยํ เท่าควรภาวนาสันนี้ไจ้ ๆ เทอะ เทวตานุสติ สมตฺตํ ฯ ปุคคละผู้จักภาวนาอุปสมานุสตินั้น หื้อเว้นจากอารัมมณะแล้วนั่งไขว้เกล้าตั้งตนหื้อซื่อหลับตา งับปากระนึกเถิงเอาแก้ว ๕ จําพวกเปนที่เพิ่งด้วยไนยะว่า พุทฺโธ เม นาโถ นั้นเปนต้นแล้ว จิ่งหน่องผันเอานิพพานเปนอารัมมณะก็ดี ระนึกเถิงคุณ –

๓๖. แห่งนิพพานเจ้าไจ้ ๆ ว่า โย มทฺทนิมฺมทฺทโน ปิปาสวินโย อาลยสมุคฺฆาโต ราคกฺขโย โทสกฺขโย โมหกฺขโย สพฺพสงฺขารสมฺตโถ สพฺพุปธิปฏินิสฺสคฺโค ตณฺหกฺขโย วิราโค นิโรโธ นิพฺพานนฺติ เอตํ สนฺตํ เอตํ ปณีตํ อจฺจนฺตํ สุขํ ปณีตํ สุขํ อุตฺตมํสุขํ อชาติ อชรํ อมรณํ อุตฺตมํ อนุตฺตรนฺติ ๓ ที ฯ โย โลกุตฺตรธมฺโม อันว่าโลกุตตรธัมม์ดวงใด มทฺทนิมฺมทฺทโน อันยํ่ายีเสียกําจัดมัททะคืออวิชชา ปิปาสวินา

โย อันบันเทาเสียยังอันอยากในรูปาทิอารัมมณะคือตัณหา อาลยสมุคฺฆาโต อันข้า(ฆ่า)เสียอาลยะคือตัณหาอันสนุกชมชื่นยินดีในปัญจกามคุณ ๕ ผะการ ราคกฺขโย อันเปนที่เสี้ยงแห่งราคะ โทสกฺขโย อันเปนที่เสี้ยงแห่งโทสะ โมหกฺขโย อันเปนที่เสี้ยงแห่งโมหะ สพฺพสงฺขารสมตฺโถ อันร่ำงับเสียยังสังขารทังมวร สพฺพุปธิปฏินิสฺสคฺโค อันบันเทาสละละเสียยังอุปธิทังมวร ๕ ผะการ ตณฺหกฺขโย อันกทำยังตัณหาหื้อเสี้ยง วิราโค อันผาสะจาก(ปราศจาก)ราคะ นิโรโธ อันดับเสียยังราคาทิปาปธัมม์ โส โลกุตฺตร

๓๗. ธมฺโม อันว่าโลกุตตรธัมม์เจ้าดวงนั้น นิพฺพานํ ได้ชื่อว่านิพพาน อิติ มักว่า อิเมหิ การเณหิ ด้วยเหตุทังหลายฝูงนี้แล เอตํ นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้าดวงนั้น สนฺตํ อันร่ำงับเสียยังกิเลส เอตํ นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้าดวงนั้น อคฺคํ ผะเสริฐนัก อุตฺตมํ ก็เปนธัมม์อันอุดมล้ำยิ่งกว่าธัมม์ทังมวร อนุตฺตรํ บ่มีธัมม์อันอื่นจักเสมอบ่ได้แท้แล นิพฺพานํ อคฺคํ นิพฺพานํ อุตฺตมํ นิพฺพานํ อนุตฺตรํ ภาวนาสันนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ อุปสมานุสติกมฺมฏฺฐานํ สมตฺตํ ฯ โยคาวจรปุคคละผู้จักภาวนามรณานุสติกัมมัฏฐาน หื้อเข้าสู่ที่สงัดนั่งไขว้เกล้าตั้งตนหื้อซื่อหลับตางับปากซ้อนมือเหนือตัก ระนึกเถิงแก้ว ๕ จำพวกเปนที่เพิ่งว่า พุทฺโธ เม นาโถ พระพุทธเจ้าเปนที่เพิ่งแก่ข้า ฯลฯ กมฺมฏฺฐานทายกาจริยโย เม นาโถ อาจารย์เจ้าตนสอนกัมมัฏฐานเปนที่เพิ่งแก่ข้า ผู้ข้าจักภาวนายังมรณานุสติกัมมัฏฐาน เพื่อเปนผะไจแก่โลกุตตรธัมม์ ปฏิเวธอุปจารสมาธิอัปปนาสมาธิ ขอจุ่งเกิดเปนไปในกายจิตแห่งข้าในอิริยาบถอันข้านั่งนี้แท้ดีหลีเทอะ อธุวํ เม ชีวิตํ ธุวํ เม มรณํ อวสฺสํ มยา มริตพฺพํ

๓๘. มรณปริโยสานํ เม ชีวิตํ มรณํ เม ภวิสฺสติ ชีวิตํ เม นิรุชฺฌิสฺสติ มรณํ ธุวํ ๓ ที ชีวิตํ อันว่าชีวิตคืออายุ เม แห่งกู อธุวํ บ่เที่ยง เหตุมีสภาวะอันรู้ด้วยดับหายไปบ่จั้งตั้งอยู่ได้ มรณํ กริยาอันตายคืออันแตกม้างสิบหายไปแห่งตนกูนี้ ธุวํ แก่นมีเที่ยงแท้เปนหมั้นแล อวสฺสํ มยา มริตพฺพํ ส่วนตนกูหากเพิงตายด้วยแท้ก็บ่หลีกฟีกหนีจากอันตายนี้ได้ ชีวิตคืออายุแห่งกูก็สั้นไปซุวันซุคืน ด้วยสามัตถาอันลับล่วงไปแห่งวันแลคืนทังมวร คือรุ่งแลค่ำไปไจ้ ๆ ชีวิตํ อันว่าชีวิต เม แห่งกูนี้ มรณปริโยสานํ หากเท่ามีความตายเปนที่สุดที่เมี้ยน มักว่าคันกูตายวันใดยามใด อายุกูก็เสี้ยงหั้นเมี้ยนหั้นบ่เปนไปหน้าแต่นั้นได้เลย มรณํ อันว่ากริยาอันตาย ภวิสฺสติ จักมี เม แก่กูเที่ยงแท้ ชีวิตํ อันว่าชีวิต เม แห่งกูนี้ นิรุชฺฌิสฺสติ ก็จักดับไปเหมือนดั่งเปียวไฟผะทีสอันดับไปนั้นแล มรณํ เม ธุวํ มรณํ เม ธุวํ หื้อภาวนาสันนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ มรณานุสติกมฺมฏฺฐานํ สมตฺตํ ฯ โยคาวจรจักภาวนากายคตานุสตินั้นล้ำโกฐาก ๓๒ นั้น คือหื้อถือเอาโกฐากอันใดอันหนึ่งเปนนิมิตเปนอารัมมณะก่อน

๓๙. ผิจักภาวนาเกสาโกฐากดั่งอั้น หื้อหลกเอาผมเส้นหนึ่ง ออกจากหัวตั้งไว้เหนือฝ่ามือคอยเลงดูด้วยตาแห่งตนด้วยคำร่ำเพิงว่า ผมทังหลายมีผมเส้นนี้เปนต้น มีผะหมาน ๕ ล้านเส้น มีวัณณะอันดำแดงเปนดั่งวัณณะแห่งหมากดีควาย มัดเคล้าเถียวปลายหยั่งเข้าในหนังหัวผะหมานเท่าเมดเข้าสานหัก มีคันธะอันหมิน(เหม็น)สาบเปนดั่งปีกไกล่อันไฟไหม้นั้น ควรกิเลียดชะด้วยวัณณะสัณฐาน คันธะ อาสยะ แลโอกาด(-ส)เหมือนดั่งผักอันเกิดที่ในที่ถ่อย คือป่าช้าผีแลที่อันคนทังหลายหากเสียมุตตกรีสะ บ่ควรจักแต่งแปงเปนอาหารอันใดสักอันแล ผมทังหลายฝูงนี้ก็ตั้งอยู่ในหัวแห่งกูควรโสกโครกนักแล ร่ำเพิงสันนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ ค่อยเลงดูหื้อถ่องแจ้งแก่ใจตน แม่นมีนตาหลับตาก็หันผากฏเสมอกัน แล้วจิ่งเข้าไปสู่ที่สงัดแล้วนั่งไขว้เกล้าตั้งตนหื้อซื่อหลับตางับปาก ระนึกเถิงพระแก้ว ๕ จำพวกเปนที่เพิ่งก่อนว่า พระพุทธเจ้าเปนที่เพิ่งแก่ข้า ฯลฯ อาจารย์เจ้าตนสอนกัมมัฏฐานเปนที่เพิ่งแก่

ข้า ผู้ข้าจักภาวนายังกายคตานุสติกัมมัฏฐานเจ้า เพื่อหื้อเปนผะไจแก่มัคคผละปฏิเวธแท้ดีหลี อุคคหนิมิต ปฏิภาคนิมิตจุ่งผากฏพายในใจแห่งผู้ข้า ในอิริยาบถอันนี้แท้ดีหลีเทอะ ฯ เกสา

๔๐. อฑฺฒโกฏิปมาณา มม สีเส ปติฏฺฐิตา อสุภา อติเชคุจฺฉา ปรมทุคนฺธา ปฏิกูลา ๓ ที ฯ เกสา อันว่าผมทังหลาย อฑฺฒโกฏิปมาณา อันมีผะหมานเคริ่ง(ครึ่ง)โกฏิคือ ๕ ล้านเส้น อสุภา อันบ่ดูงาม อติเชคุจฺฉา อันควรกิเลียดยิ่งนัก ปรมทุคนฺธา อันมีคันธะอันเน่าอันเหมนนัก ปฏิกูลา อันควรกิเลียดชะนักด้วยวัณณะแลสัณฐานแลคันธะแลอาสยะแลโอกาด(-ส)เกิดแต่ผะไจทัง ๔ คือ กัมม์แลจิตตอุตุอาหารปติฏฺฐิตา ก็ตั้งอยู่ มม สีเส เหนือหัวแห่งกูนี้แล เกสา ปฏิกูลา เท่าหื้อภาวนาสันนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ คันบุญสมพานมีอุคคหนิมิต ปฏิภาคนิมิตหากจักผากฏชะแล คันผากฏแจ้งแก่ใจแล้ว อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิก็จักเกิดเปนไปเที่ยงแท้แล กายคตานุสติกมฺมฏฺฐานํ สมตฺตํ ฯ โยควจรตนจักเปนอาทิกัมมิก จักภาวนาอานาปานานุสติเจ้า ควรกทำวิธีทังมวรคือสมมาแก้ว ๕ โกฐากแล้ว นั่งหื้อถูกลักขณะแล้วระนึกในใจว่าสันนี้ พระพุทธเจ้าเปนที่เพิ่งแก่ข้า ฯลฯ ข้าจักภาวนาอาปานสติเจ้า หื้อได้อุคคหนิมิตแลปฏิภาคนิมิตแล

๔๑. สมาธิในอิริยาบถอันข้านั่งนี้ ผิบ่ได้อุคคหนิมิตปฏิภาคนิมิตแลสมาธิ แม่นชิ้นบกเลือดแห้ง ข้า(ขา)เท่ายังเขินขระดูกเอนคาดหนังแบอยู่อั้นก็ดี ข้าก็ยังจักขอภาวนาอานาปานสติเจ้า หื้อได้อุคคหนิมิตปฏิภาคนิมิตแลสมาธิแท้ดีหลี ขอจุ่งวุฑฒิแก่ข้าเทอะ คันว่าอั้นแล้วหื้อหายใจดูรู้ว่ากทำได้**มลุ่ย**เอากัมม์อันหนึ่งแล้ว ค่อยหายใจไปพอหื้อรู้ที่ลมดังต้อง ผิต้องรีมปาก ไว้สติหั้น ผิว่าต้องรีมดังก็ไว้สติติดหั้น หายใจเข้าหายออกหื้อรู้ที่นั้นแล หื้อนับเข้าว่า ๑ ๑ ออกว่า ๒ ๒ เปนต้นต่อเท้าเถิง ๑๐ ๑๐ นั้น หื้อกฎหมายลมดังอันยังเปนนั้นเทอะ โยคาวจรยังนับดังนิยม ดั่งอั้น รู้ยังลมดังอันเข้าอันออกบ่ผากฏแล ในเมื่อผากฏดั่งอั้น หื้อละเสียยังอันนับถ้าแล้ว หื้อนับรีบว่า ๑ เข้า ๒ ออก ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ไจ้ ๆ ก็ดี ว่า ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ไจ้ ๆ ก็ดี ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ไจ้ ๆ ก็ดี ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๑๐ ไจ้ ๆ ก็ดี อยู่จำเริญหายใจเข้าหายใจออกหื้อที่ลมดังต้องนั้นยอง ๆ ยับ ๆ ดีหลีแล คันว่าจำเริญไจ้ ๆ นิมิตผากฏแล ตุลปิจุ วิย นิมิตอั้นแลผากฏประดุจจะดั่งนุ่นงิ้วอ่อน กปฺปาสปิจุ วิย นิมิตอันหนึ่ง เปนดั่งสำลีฝ้ายอันอ่อน วาตา

๔๒. ธาร วิย นิมิตอันหนึ่ง เปนดั่งแถวลมออกมา เขา ๓ อันนี้ชื่ออุคคหนิมิตแล ตารกรูปํ วิย นิมิตอันหนึ่ง เปนดั่งรูปดาวมีรัสสมี นิมิตอันนี้เปนอุคคหนิมิต ปฏิภาคนิมิตแล มณีคุฬิกา วิย นิมิตอันหนึ่ง เปนดั่งแถวแก้วพวงแก้ว มุตฺตาคุฬิกา วิย นิมิตอันหนึ่ง เปนดั่งแถวมุกดาหาน กปฺปาส วิย นิมิตอันหนึ่ง เปนดั่งหน่วยฝ้ายอันยังใน สาทารุสุจิ วิย นิมิตอันหนึ่ง เปนดั่งไม้เหลี้ยมอันแกน ทีฆํปามงฺคสุตฺตํ วิย นิมิตอันหนึ่ง เปนดั่งใยขระวาว(กระวาว)อันแผ่ไป พลาหกปฏลํ วิย นิมิตอันหนึ่ง เปนดั่งแผ่นฝ้าเมฆ ปทุมปุปผา วิย นิมิตอันหนึ่ง เปนดั่งดอกบัว รถจกฺกํ วิย นิมิตอันหนึ่ง เปนดั่งกงจักแก้ว จนฺทมณฺฑลํ วิย นิมิตอันหนึ่ง เปนดั่งมนทนพระจัน สุริยมณฺฑลํ วิย นิมิตอันหนึ่ง เปนดั่งมนทนพระอาทิตแล นิมิตทังหลายแต่ผากฏดั่งแถวแก้วพวงแก้วมาต่อเท้าเถิงมนทนพระอาทิตนี้ชื่อว่าปฏิภาคนิมิตทังมวรแล อุปจารสมาธิ ฌานทังมวร ก็ตกพร้อมปฏิภาคนิมิตหมู่นี้แล คันเหลือกว่าอันกล่าวแล้วนี้ ก็ผากฏหันเปนนานากาละต่าง ๆ อัตถาจารย์ก็ได้สำแดงด้วยบทว่า สญฺญชํ หิ เอตํ นานาการํ โหติ นั้นแล หิ ด้วยมีแท้แล เอตํ อันว่า

๔๓. นิมิต นานา อันนั้น สญฺญชํ เกิดแต่สัญญา นานาการํ โหติ เปนอันมีผะการต่าง ๆ มากนักแล ฯ ปุคคละผู้กทำจวบชุอันก็มี จวบพ่องดั่งอันก็มี นิมิตอานานี้งามบอริสุทธ์นัก ยิ่งกว่าวัตถุอันตาหันชุอันดีหลีแล หื้อค่อยนับจำเริญไปไจ้ ๆ หื้อชมฌานชะนาน หื้อนิมิตหมั้นคุงดีหลี เยียะละอันนับนั้นเทอะ พันผุสสนะอย่าละเมื่อยังจำเริญไปกาลอันนานดั่งอั้น คันทอดสติไว้ในที่ลมดังต้องนั้น ปฏิภาคนิมิตหากมาผากฏอยู่ไจ้ ๆ ดั่งอั้นแล ฯ คันว่านิมิตผากฏดั่งอั้น อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิกทำปฏิภาคนิมิตเปนอารัมมณะก็เปนแล หื้อค่อยจำเริญไปไจ้ ๆ เทอะ กริยาอันกล่าวยังอานาปานสติกัมมัฏฐานด้วยอันหย้ออันแควบก็แล้วเท่านี้ก่อนแล ฯ โยคาวจรจักภาวนาเมตตาพรหมวิหาร หื้อเข้าสู่ที่สงัด นั่งพัพพะแนงเชิงเปนต้น หื้อหลับตางับปาก ระนึกใจว่า อปฺปมาโณ พุทฺโธ อปฺปมาโณ ธมฺโม อปฺปมาโณ สงฺโฆ พุทฺโธ เม นาโถ ธมฺโม เม นาโถ สงฺโฆ เม นาโถ กมฺมฏฺฐานํ เม นาถํ กมฺมฏฺฐานทายกาจริโย เม นาโถ พระแก้วเจ้า ๕ จำพวก มีพระพุทธเจ้าเปนผะธาน

๔๔. เปนที่เพิ่งแก่ข้า ผู้ข้าจักภาวนาเมตตาพรหมวิหาร แผ่เมตตาจิตเถิงยังสัตตโลกทังมวรปีติสมาธิธัมม์เจ้าจุ่งเปนไปในกายจิตแห่งข้าในอิริยาบถอันนี้ดีหลีเทอะ อหํ สุขิโต โหมิ อหํ นิทฺทุกฺโข โหมิ ๓ ที ฯ อหํ อันว่ากู สุขิโต อันมีสุข โหมิ จุ่งมี อหํ อันว่ากูนี้ นิทฺทุกฺโข อันบ่มีทุกข์ โหมิ จุ่งมีเทอะ ฯ อหํ สุขิโต อหํ สุขิโต สันนี้ไปไจ้ ๆ มีน(เมิน)ผะหมานหมากเคี้ยวจืดคำหนึ่ง ๒ คำก่อน แล้วจิ่งแผ่เมตตาจิตเถิงแก่สัตตโลกทังมวรว่า ทสสุ ทิสาสุ สุขิตา สพฺเพ สตฺตา สุขิตา อเวรา อพฺยาปชฺฌา อนีฆา สุขี อตฺตานํ ปริหรนฺตุ ๓ ที สพฺเพ สตฺตา อันว่าสัตทังหลายมวล ตั้งแต่สัตอันอยู่ในตนตัวกูนี้ คือหมู่หนอน ๘๐ จำพวก มีธัณฑุปาทกเปนต้น แผ่ออกไปถราบเถิงทิสะทัง ๘ แวดผัดไปในทิสะทัง ๑๐ ถราบเถิงอนันตาจักรวานหาผะหมานบได้ พายต่ำใต้มีพื้นอวิจีเปนแดน พายบุน(บน)หนอากาดมีภคว พรหมเปนที่สุด มีตนตัวเปน อติทีฆมหนฺตาร อติรสฺส อติขุทฺทก เปน อฏฺฐกอนตฺถิ เปนต้น หาเวรบได้บ่มีทุกข์อันเกิดในใจในตนผะกอบด้วยกายิกสุข

๔๕. เจตสิกาสุข โหนฺตุ จุ่งมีชุตัวเทอะ ฯ สตฺตา สุขี สตฺตา สุขี สุขี สตฺตา อันว่าสัตทังหลายอันเปนอนันตาหาที่สุดบได้ สุขี จุ่งมีสุขชุตัวเทอะ สัตสุข สัตสุข หื้อภาวนาสันนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ ร้อยคาบพันคาบเทอะ เมตตากัมมัฏฐานพรหมวิหารกัมมัฏฐานแล้วเท่านี้ก่อนแล ฯ โยคาวจรตนจักภาวนากรุณาพรหมวิหารเล่า เข้าสู่ที่สงัดนั่งไขว้เกล้าหลับตางับปาก ตั้งตนหื้อซื่อแล้วระนึกเถิงพระแก้ว ๕ จำพวกเปนที่เพิ่งเปนดั่งกล่าวแล้วแต่พายหลังนั้นชุอันร่ำเพิงในใจว่า สพฺเพ สตฺตา ทุกฺขา ปมุญฺจนฺตุ สพฺเพ ปาณา ทุกฺขา ปมุญฺจนฺตุ สพฺเพ ภูตา ทุกฺขา ปมุญฺจนฺตุ สพฺเพ ปุคฺคลา ทุกฺขา ปมุญฺจนฺตุ สพฺเพ สตฺตา อตฺตภาวปริยาปนฺนา ทุกฺขา ปมุญฺจนฺตุ ๓ ที ฯ สพฺเพ สตฺตา อันว่าสัตทังหลายมวล อันมีสภาวะอันข้องอยู่ในสงสาร ปมุญฺจนฺตุ จุ่งปล่อยพ้น ทุกฺขา จากทุกข์ทังมวรเทอะ สพฺเพ ปาณา อันว่าสัตทังหลายอันมีชีวิตินทรี ปมุญฺจนฺตุ จุ่งปล่อยพ้น ทุกฺขา จากทุกข์ทังมวรเทอะ สพฺเพ ภูตา อันว่าสัตทังหลายอันรู้เกิดมา ปมุญฺจนฺตุ จุ่งปล่อยพ้น ทุกฺขา จากทุกข์ทังมวรเทอะ สพฺเพ ปุคฺคลา อันว่าสัตทังหลาย อันชื่อว่าปุคคละเหตุหนาด้วยกิเลสธัมม์ ปมุญฺจนฺตุ จุ่งปล่อยพ้น ทุกฺขา จากทุกข์ทังมวรเทอะ สพฺเพ สตฺตา อันว่าสัตทังหลาย อตฺตภาว

๔๖. ปริยาปนฺนา อันนับเข้าในภาวะอันกล่าวต้น ปมุญฺจนฺตุ จุ่งปล่อยพ้น ทุกฺขา จากทุกข์ทังมวรเทอะ สพฺเพ สตฺตา ทุกฺขา ปมุญฺจนฺตุ หื้อภาวนาสันนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ หื้อได้ร้อยคาบพันคาบเทอะ กรุณาพรหมวิหารแล้วเท่านี้ก่อนแล ฯ โยคาวจรจักภาวนามุทิตาพรหมวิหารเล่า หื้อเข้าสู่ที่สงัดนั่งไขว้

เกล้าหลับตางับปาก ตั้งตนหื้อซื่อแล้วระนึกเถิงพระแก้ว ๕ จำพวกแล้วเปนดั่งกล่าวแล้วแต่พายหลังชุอันแล้ว ร่ำเพิงในใจว่า สพฺเพ สตฺตา ลทฺธสมฺปตฺติโต มา วิคตา โหนฺตุ ภิยฺโย สุขี โหนฺตุ ๓ ที สพฺเพ สตฺตา อันว่าสัตทังหลายมวล มา วิคตา อันคลาดคลาเสีย ลทฺธสมฺปตฺติโต จากสมบัติอันตนได้แล้ว โหนฺตุ จุ่งอย่ามีเทอะ สพฺเพ สตฺตา อันว่าสัตทังหลายมวล สุขี อันมีสุข ภิยฺโย มากนัก โหนฺตุ จุ่งมีเทอะ สพฺเพ สตฺตา ลทฺธสมฺปตฺติโต มา วิคตา โหนฺตุ เท่าหื้อภาวนาสันนี้ไปไจ้ ๆ ร้อยคาบพันคาบเทอะ มุทิตาพรหมวิหารแล้วเท่านี้แล ฯ โยคาวจรจักภาวนาอุเปกขาพรหมวิหาร หื้อเข้าสู่ที่สงัดนั่งไขว้เกล้าหลับตางับปาก ตั้งตนหื้อซื่อแล้วระนึกเถิงพระแก้ว ๕ จำพวกเปนที่เพิ่งดั่งกล่าวแล้วพายหลังชุอันแล้ว

๔๗. ร่ำเพิงใจว่า สพฺเพ สตฺตา กสฺส รุจิยา สุขี วา ทุกฺขา มุญฺเจยฺยุํ สพฺเพ สตฺตา กมฺมสกา กมฺมทายาทา กมฺมพนฺธุ กมฺมปฏิสรณา ๓ ที สพฺเพ สฺตตา อันว่าสัตทังหลายมวล สุขี วา อันมีสุข มุญฺเจยฺยุํ เพิงปล่อยพ้น ทุกฺขา จากทุกข์ รุจิยา ตามอันมักอันเพิงใจ กสฺส แห่งผู้ใดชา มักว่าสัตทังหลายฝูงใดได้เถิงสุขแล้ว มักใคร่พ้นจากทุกข์ตามอันมักอันเพิงใจแห่งตนบ่ใคร่เถิงทุกข์สักเทื่อว่าอั้น จักมีแก่ผู้ใดชา บ่มีด้วยแท้แล เถิงสุขแล้วก็หากยังจักได้เถิงทุกข์แล้วเมื่อพายลุนบ่คลาดแล สพฺเพ สตฺตา อันว่าสัตทังหลายมวล กมฺมสกา มักว่า อตฺตโน กมฺมสนฺตกา หากเท่ามีกัมม์เปนของแห่งตน กมฺมทายาทา มักว่า กมฺมทายาทา เปนผู้สืบเชื้อแห่งกัมม์ กมฺมพนฺธุ มีกัมม์เปนเผ่าพันพี่น้อง กมฺมปฏิสรณา มีกัมม์เปนที่เพิ่งสิ่งเดียวแล สพฺเพ สตฺตา กมฺมสกา เท่าหื้อภาวนาสันนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ อุเปกขาพรหมวิหารกัมมัฏฐานแล้วแล ฯ โยคาวจรปุคคละผู้จักภาวนาอาหารปฏิกุลสัญญากัมมัฏฐาน หื้อภาวนาตามวิธีอันนี้ว่า อโห วต โภ อยเมว อาหาโร ปุคฺคเลน ปริภุตฺโต เหฏฺฐิมทนฺโต อุทฺทุกฺขโล วิย

๔๘. อุปริทนฺโต มุสโล วิย จุณฺณวิจุณฺณํ กตฺวา อชฺโฌหริมาโน ปฏิกูโล วจฺจกุฏฺฐิ วิย โหติ ๓ ที ฯ โภ ดูกราเพิ่น(เพื่อน) อยเมว อาหาโร อันว่าอาหารอันนี้สิ่งเดียว ปุคฺคเลน ปริภุตฺโต อันปุคคละหากกินลง เหฏฺฐิมทนฺโต มีเขี้ยวพายลุ่มเปนดั่งครก อุปริทนฺโต มุสโล วิย มีเขี้ยวพายบุน (บน) เปนดั่งสาก กทำหื้อเปนจวนอันน้อยอันใหญ่ อันปุคคละหากกินลงกั้วเกล้าด้วยดีแลสะเลียดแลเลือด ปฏิกูโลควรกิเลียดอางเหยืองเหมือนดั่งขุมอาจมนั้น อโห วต โหติ มีด้วยแท้แล อโห วต โภ อาหาโร ปฏิกูโล หื้อภาวนาสันนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ อาหารปฏิกุลสัญญากัมมัฏฐานแล้วแล ฯ โยคาวจรปุคคละผู้จักภาวนาจตุธาตุววัตถานกัมมัฏฐานหื้อภาวนาว่า อตฺถิ อิมสฺมึ กาเย ปถวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ ถทฺธกาโร ปถวีธาตุ โทรวนากาโร อาโปธาตุ อุณฺหากาโร เตโชธาตุ อีสรณากาโร วาโยธาตุ กกฺขฬลกฺขณา ปถวีธาตุ อาพนฺธนลกฺขณา อาโป

๔๙. ธาตุ ปริปาจนลกฺขณา เตโชธาตุ วิถมฺภนลกฺขณา วาโยธาตูติ ฯ ธาตุทังหลาย ๔ ตัว คือ ปถวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ เปนงูพิด ๔ ตัว มีพิดกล้านัก ก็มีในตนแห่งกูนี้แล ปถวีธาตุมีอาการอันคะด้างมีลักขณะอันกล้าหยาบนักแล อาโปธาตุ มีอาการอันเชิมแหลว มีลักขณะอันติดหมั้นแล เตโชธาตุ มีอาการอันร้อน มีลักขณะอันหื้อสุกแก่ วาโยธาตุ มีอันหวั่นไหว มีลักขณะอันค้ำอยู่บ่หื้อท่าวไปแล อตฺถิ อิมสฺมึ กาเย ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ เท่าหื้อภาวนาสันนี้ไปไจ้ ๆ ร้อยคาบพันคาบเทอะ ธาตุววัตถานกัมมัฏฐานแล้วแล ฯ โยคาวจรจักภาวนาปถมอรูป(ฌาน)กัมมัฏฐาน หื้อเอาอากาสในที่ปฏิภาคนิมิต ปถวีกสิณหายเสียนั้นเปนอารัมมณะ ก็ไว้สติในอากาสนั้นแล จำเริญปริกัมม์ว่า อากาโส อนนฺโต อากาโส อนนฺโต เท่าหื้อภาวนาสันนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ คันบุญสมพานมีปถมอรูปฌานหากจักผากฏแล ฯ โยคาวจรจักภาวนาทุติยอรูป(ฌาน)กัมมัฏฐาน

๕๐. หื้อเอาปถมอรูปวิญญาณเปนอารัมมณะภาวนาว่า วิญฺญาณํ อนนฺตํ วิญฺญาณํ อนนฺตํ ดั่งนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ ทุติยอรูปฌานเกิดแล้ว ฯ โยคาวจรจักภาวนาตติยอรูปฌานกัมมัฏฐาน หื้อเอานัตถิภาวะแห่งปถมอรูปเปนอารัมมณะภาวนาว่า นตฺถิ กิญฺจิ นตฺถิ กิญฺจิ ดั่งนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ ตติยฌานจักเกิดชะแล ฯ โยคาวจรตนจักภาวนาจตุตถอรูป(ฌาน)กัมมัฏฐาน หื้อเอาตติยอรูปเปนอารัมมณะแล้วภาวนาว่า สนฺตเมตํ ปณีตเมตํ ดั่งนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ จตุตถฌานหากจักเกิดชะแลแท้แล ฯ อรูปกุสลมี ๔ ผะการด้วยลำดับอารัมมณะ ๔ อัน อันข้ามล่วงอารัมมณะก็ ๔ อัน เพิงรู้ตามคาถานี้เทอะ นภาตฺมฺมนตสฺสุญฺญตจิตฺตา จตุโว จเร กเมนตฺตกฺกมา อรูปปุญฺญํ โหติ จตุพฺพิธํ ฯ อรูปปุญฺญํ อันว่าอรูปกุสลนี้ จตุพฺพิธํ โหติ มี ๔ ผะการ กเมน ด้วยลำดับ นภาตฺมฺมนตสฺสุญฺญตจิตฺตา จตุโว จเร ในอารัมมณะ ๔ อัน คือว่าปถมอรูปเอาอากาสเปนอารัมมณะ คือทุติยอรูปเอาปถมอรูปเปนอารัมมณะ คือตติยอรูปเอานัตถิภาวะแห่งปถมอรูปเปนอารัมมณะ คือจตุตถอรูปเอาตติยอรูป

๕๑. เปนอารัมมณะ อตฺตกฺกมา เหตุข้ามล่วงอารัมมณะ ๔ อัน คือ ปถมอรูปล่วงปฏิภาคนิมิตอันเปนอารัมมณะแห่งรูปาวจรนั้นเสีย ทุติยอรูปนั้นล่วงอากาสเสีย ตติยอรูปล่วงปถมอรูปจิตตเสีย จตุตถอรูปล่วงนัตถิภาวเสียดั่งนี้แล ในอรูปกุสลนี้บ่ควรหน่ายองค์ เท่าควรหน่ายอารัมมณะแลเพิงรู้ตามคาถาอันนี้เทอะ องฺคาติกฺกมํ จ เตสํ น อิจฺฉนฺติ วิภาวิโน อารมฺมณาติกฺกมา จ จตุโสปิ ภวนฺติ มา ฯ วิภา วิโน อันว่านักผาช (ญ์) ทังหลาย น อิจฺฉนฺติ บ่มัก องฺคาติกฺกมํ จ ยังอันล่วงองค์ เตสํ แห่งอรูปกุสลนั้น อิมา อรูปาสมาปตฺติโย อันว่าอรูปสมาบัติทังหลาย จตุโสปิ เปน ๔ อารมฺมณาติกฺกมา เหตุล่วงข้ามเสียด้วยดั่งกล่าวแล้วนั้น ภวนฺติ ก็มีแล อรูปสมาบัติแล้วเท่านี้แล ฯ สมถกัมมัฏฐาน ๔๐ เสี้ยงหนี้แล ฯ ที่นี่จักจาวิปัสสนากัมมัฏฐานเพิงรู้ดั่งนี้เทอะ โยคาวจรจักภาวนาวิปัสสนา หื้อสมมาพระแก้ว ๕ จำพวกแล้ว เข้าสู่ที่สงัดเวรตนหื้อพระเจ้าว่า อิมาหํ ภนฺเต ภควา อตฺตภาวํ สชีวิตํ ตุมฺหากํ สพฺพพุทฺธานํ ปริจฺจชามิ นิยฺยาเทมิ ๓ ทีนั้น พัพพะ

๕๒. แนงเชิงไขว้เกล้าเอาแม่ตีนกล้ำซ้ายซอนเข้าน่องกล้ำขวา ตั้งตนหื้อซื่อหลับตางับปากผูกสติไว้ในกัมมัฏฐานร่ำเพิงในใจว่า โย พุทฺธเสฏฺโฐ วรธมฺมราชา เชตวฺวาน มารํ สคฺคนํ อเสสํ ปตฺโตว โพธิตรุราชมุลฺเลตํ พุทฺธเสฏฺฐํ สิรสา นมามิ ฯ อปฺปมาโณ พุทฺโธ อปฺปมาโณ ธมฺโม อปฺปมาโณ สงฺโฆ พระพุทธเจ้ามีคุณอันหาผะหมานบ่ได้ พระนวโลกุตตรธัมม์ แล ปริยัตติธัมม์มีคุณอันมากบ่อาดจักนับได้ พระสังฆเจ้าก็ทรงคุณอันมากหาผะหมานบ่ได้แท้แล ฯ พุทฺโธ เม นาโถ พระพุทธเจ้าตนถรัสรู้จตุราริยสัจจธัมม์เปนที่เพิ่งแก่ข้า ฯลฯ กมฺมฏฺฐานทายกาจริโย เม นาโถ อาจารย์เจ้าสอนธัมม์กัมมัฏฐานทังมวรเปนที่เพิ่งแก่ข้า เพื่อหื้อหายอัชฌัตตพหิทธาอนตรายทังมวรแท้ดีหลีแล ผู้ข้าจักภาวนาวิปัสสนากัมมัฏฐานเจ้า เพื่อหื้อเสี้ยงทุกข์สุดทุกข์แห่งข้า ทิฏฺฐิวิสุทฺธิญาณกงฺขาวิตรณวิสุทฺธิญาณแลวิปัสสนาญาณทังหลาย ๑๐ ดวงอันผะเสริฐ มีสัมมสนญาณเปนต้นจุ่งเกิดเปนไปในกายจิตแห่งข้าในอิริยาบถอันนี้แท้ดีหลีเทอะ ฯ อิทํ พยามมตํ กเฬ

๕๓. วรํ ซากตนผีดิบอันนี้มาตรากว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่ง พายบุน (บน) มีปลายผมเปนที่สุด พายใต้ต่ำมีพื้นตีนเปนแดน ลวงขวางมีผิวหนังเปนที่สุด พายในผิวหนังนั้นมีแผ่นหนังอันใหญ่ หากเกี้ยวพอกรอดชุกล้ำชุพาย มีแท่งชิ้นทังหลาย ๓ ร้อยแท่งหากติดพอกรอดห่อขระดูกไว้ มีเอนใหญ่ ๙ ร้อย เอนน้อย ๗ พันเส้นหากคราดหากผูก มีซร่างดูก ๓ ร้อยท่อนติดต่อสืบกันขึ้นพายบุน (บน) มีขะหมอง(กระหม่อม)ดูกเปนที่สุดตั้งอยู่ พายในเตมไปด้วยอสุภโกฐากซากผีได้ ๓๒ มาประสุม

ชุ่มนุมก่อกองกันอยู่ ควรกิเลียดชะด้วยวัณณสัณฐานคันธอสยะแลโอกาด(-ส) มาตราเปนกองธาตุได้ ๔๒ โกฐาก ผาสะจาก(ปราศจาก)สัตตชีว จัดแท้เท่าเปนอุปาทานขันธะ ๕ จัดเปนอายตนะได้ ๑๒ เปนกองธาตุได้ ๑๘ แขวดเปนนามรูป ๒ ผะการ หย้อแท้เท่าเปนกองสังขารธัมม์อันเดียว ๑ สิ่งเดียวแล นามรูปํ มตฺตเมวิทํ พยามมตฺตํ กเฬวรํ อันว่าซากตนผีเน่าอันนี้ มาตรากว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่ง มาตราเท่าเปนรูปแลนามสิ่งเดียวแล ฯ รูปนลกฺขณํ รูปํนมนลกฺขณํ นามํ อิทํ นามรูปํ อญฺญมญฺญํ นิสิตํ ปงฺคุลนฺธสทิสํ ฯ รูปํ อันว่ารูปธัมม์ทังมวร นิรูปนลกฺขณํ มีกริยาอันรู้แตกม้างสิบหายไปด้วยวิรุทธผะไจ คือสิตแลอุณหเปนลักขณะ นามํ อันว่านามธัมม์ ๕ จำพวก นมนล

๕๔. กฺขณํ มีกริยาอันรู้น้อมไปสู่อารัมมณะพันนักเปนลักขณะ อิทํ นาม รูปํ มีรูปแลนามทัง ๒ นี้ อญฺญมญฺญํ นิสฺสิตํ เท่ามาอาไสร(ศัย)เซิ่งกันจิ่งหื้อแล้วยังกัมม์แลกิจจะอิริยาบถทังมวร ปงฺคุลนฺธสทิสํ เสมอดั่งเปี้ยแลตาบอดมาอาไสร(ศัย)เซิ่งกันจิ่งหื้อแล้วยังการอันไปอันมากับกันในที่ทุกแห่งนั้นแล รูปนลกฺขณํ รูปํ นมนลกฺขณํ นามํ ภาวนาทิฏฐิวิสุทธิเยียะสันนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ คันภาวนาทิฏฐิวิสุทธิแล้ว หื้อภาวนากังขาวิตรณวิสุทธิติดไปดั่งนี้ ฯ อเหตุกํ อปจฺจยํ อิทํ นามรูปํนุปฺปชฺชติ น ปวตฺติ สเหตุกํ ปน สปฺปจฺจยํ นามรูปํ อุปฺปชฺชติ ปวตฺติ ฯ อิทํ นามรูปํ อันว่านามรูปอันนี้ อเหตุกํ บ่มี ชนกเหตุ อปจฺจยํ บ่มีอุปถัมภกผะไจดั่งอั้น นุปฺปชฺชติ น ปวตฺติ ก็บ่เกิดไปได้แล ปน ด้วยมีแท้ อิทํ นามรูปํ อันว่านามรูปอันนี้ สเหตุกํ อันเปนกับด้วยชนกเหตุ สปจฺจยํ อันเปนกับด้วยอุปถัมภกผะไจ อุปฺชฺชติ ปวตฺติ ก็จิ่งเกิดเปนไปได้แล เมื่อดั่งอั้นธัมม์ทังหลายฝูงใดจักมาเปนชนกเหตุแลอุปถัมภกผะไจแก่นามรูปทัง ๒ นี้ อันชาแท้แล อวิชชา ตัณหา อุปทานธัมม์ ๓ ตัวนี้เปนอุปนิไสย(อุปนิสัย)ผะไจหื้อนามรูปทัง ๒ นี้เกิดเปนไปเหมือนดั่ง

๕๕. แม่ เปนอุปนิไสย(อุปนิสัย)ผะไจแก่ลูก หื้อลูกญิงลูกชายเกิดสืบสายเปนไปนั้นแล นานาขณิกกัมม์ เปนชนกผะไจหื้อลูกญิงลูกชายเกิดเปนไป เหมือนดั่งชายผู้เปนพ่อแลมาบังเกิดยังลูกญิงลูกชายหื้อเปนไปนั้นแล ฯ เข้าน้ำโภชนะอาหารอันสัตตทังหลายหากกืนกินชุวันนั้น ก็มาเปนอุปถัมภกผะไจคล้ำชูเลี้ยงดูนามรูปทัง ๒ นี้ หื้อเปนไปบ่หื้อเหี่ยวแห้งเสีย เหมือนดั่งแม่นมมาเปนอุปถัมภกเลี้ยงดูยังลูกญิงลูกชายแห่งผู้อื่น หื้อจำเริญขึ้นใหญ่เปนไปนั้นแล ฯ นามรูปทัง ๒ นี้ บ่ใช่อินท์พรหมสมณพราหมณ์ตนมีริทธีผู้ใดผู้หนึ่ง แส้งมาแต่งแปงเนรมิตสักอัน หากเท่ามีวิชชา ตัณหา อุปทานกัมม์ อาหารเปนเหตุเปนผะไจหื้อเกิดเปนไปไจ้ ๆ สิ่งเดียวแล ฯ สเหตุกํ สปจฺจยํ นามรูปํ สเหตุกํ สปจฺจยํ นามรูปํ เท่าหื้อภาวนาดั่งนี้ร้อยคาบพันคาบเทอะ อันนี้ภาวนากังขาวิตรณวิสุทธิแล ฯ คันว่าภาวนากังขาวิตรณวิสุทธิแล้ว จิ่งขึ้นสู่วิปัสสนาดั่งนี้ ยงฺกิญฺจิ นามรูปํ อตีตํ วา ปจฺจุปนฺนํ วา อนาคตํ วา อชฺฌตฺตํ วา พหิทฺธา วา โอฬาริกํ วา สุขุมํ วา หีนํ วา ปณีตํ วา ยํทุเร วา สนฺติเก วา สพฺพนฺตํ นามรูปํ อนิจฺจํ ขยเฐน หุตฺวา อภาวตฺเฐน

๕๖. นิจฺจํ วต นิพฺพานํ ฯ สพฺพนฺตํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยตฺเฐน อภิณฺหํ อุทฺทยวยปฏิปีฬนฏฺเฐน สุขํ วต นิพฺพานํ ฯ สพฺพนฺตํ นามรูปํ อนตฺตา อตฺตโน สนฺตกา อวสวตนฏฺเฐน อสสารกฏฺเฐน สารํ วต นิพฺพานํ ฯ ยํกิญฺจิ นามรูปํ อันว่านามรูปอันใด คือทังมวร อตีตํ วา มักว่า อตีตกาเล ปวตฺตํ วา อันเกิดอันเปนในกาลอันข้ามล่วงแล้วก็ดี ปจฺจุปนฺนํ วา มักว่า ปจฺจุปนฺนกาเล ปวตฺตํ วา อันยังผ้งเกิดผ้งเปนในกาลบัดนี้ก็ดี อนาคตํ วา มักว่า อนาคตกาเล ปวตฺตํ วา อันยังจักเกิดจักเปนไปในกาลอันบ่มาเถิงเทื่อก็ดี ยงฺกิญฺจิ นามรูปํ อันว่านามรูปอันใด คือทังมวร อชฺฌตฺตํ วา อันเปนไปพายในตนคือตนแลใจแห่งกูก็

ดี พหิทฺธา วา อันเปนแต่พายนอกตนแห่งกู คือได้ตนแลใจแห่งท่านผู้อื่นแลธัมมตารูปทังมวรเปนต้นว่าดินแลพูดอยแลหินผาแลต้นไม้เครือเขาอันเปนอนินทรียัพพัทธรูปก็ดี โอฬาริกํ วา อันหืกหยาบแควรผากฏนักก็ดี สุขุมํ วา อันอ่อนแลบน้อยนักผะหมานเท่าปรมาณูก็ดี หีนํ วา อันถ่อยยอบก็ดี ปณีตํ วา อันผะหนีดดีงามก็ดี ยงฺกิญฺจิ นามรูปํ อันว่านามรูปอันใดคือทังมวร ทุเร ฐิตํ วา อันตั้งอยู่ในที่ไกลพอเช่นหูบ่ได้ยินตาผ่อบ่หัน

๕๗. ก็ดี สนฺติเก วา มักว่า สนฺติเก ฐิตํ วา อันตั้งอยู่ในใกล้พอเช่นหูได้ยินตาผ่อหันก็ดี สพฺพนฺตํ นามรูปํ อันว่านามรูปอันนั้นทังมวร อนิจฺจํ หากบ่หมั้นบ่เที่ยงสักตัว ขยฏฺเฐน ด้วยสภาวะอันเกิดแล้วรู้เสี้ยงไป วยฏฺเฐน ด้วยสภาวอันเกิดแล้วดับไป หุตฺวา อภาวฏฺเฐน เหตุมีสภาวอันเปนแล้วหาบ่ได้สักอัน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ เท่ามีนิพพานเจ้าหมั้นเที่ยงบ่รู้ปลิ้นบ่รู้แผรแท้แล สพฺพนฺตํ นามรูปํ อันว่านามรูปอันนั้นทังมวร ทุกฺขํ มักว่า ทุกฺขวตฺถุภูตํ เท่าเปนที่ตั้งที่เกิดแห่งทุกข์ทังมวรมากนัก บ่อาจจักนับได้มีชาติทุกข์ ชราทุกข์ พยาธิทุกข์ มรณาทุกข์เปนต้น ภยฏฺเฐน ด้วยสภาวะอันปุนกัว อภิณฺหํ อุทฺทยวยปฏิปิฬนฏฺเฐน เหตุมีสภาวะอันเกิดอันดับหากเบียนเกียรไจ้ ๆ ในขณะทัง ๓ คือ อุปาทขณะ ฐีติขณะ ภังคขณะ เท่าเอาอิริยาบถอันหนึ่ง มากั้งบังเสียยังทุกข์อันเกิดในอิริยาบถอันหนึ่งไปไจ้ ๆ เท่าพอบ่หื้อทุกข์อันเกิดในขณะทัง ๓ นั้นผากฏบ่ดาย ด้วยแท้เท่าเลิน(เดิน)ทีบไปด้วยทุกข์ทังหลายมากนักบ่ควรจักนับได้แล สุขํ วต นิพฺพานํ เท่ามีนิพพานเจ้าเปนที่สุขยิ่งกว่าสุขทังมวรในโลกนี้แล สพฺพนฺตํ นามรูปํ อันว่านามรูปทังมวร อนตฺตา บ่ใช่ตน อตฺตโน สนฺตกา บ่ใช่เปนของแห่งตน อวสวตนฏฺเฐน ด้วยสภาวะบ่เปน

๕๘. อำนาดแห่งจิตใจตนสักอัน ใจบ่ใคร่หื้อเกิดมันก็ยังเกิดเปนไป บ่ใคร่หื้อเถ้ามักใคร่หื้อหนุ่มชมงามอยู่เป็นปกติ มันก็ยังเถ้าค่ำชราไปชุวันชุยามชุขณะไจ้ ๆ บ่ใคร่หื้อตายมักใคร่หื้อจั้งตั้งอยู่เมินนานว่าอั้น นามรูปทังมวรมันก็บ่กับตามอำนาดจิตใจสักอันมันก็ยังตายสิบหายไป อสารกฏฺเฐน เหตุมีสภาวะหาแก่นสารอันหมั้นคุงบ่ได้ รู้เปื่อยรู้เน่าพรัวะพังไป สารํ วต นิพฺพานํ เท่ามีนิพพานเจ้า เปนอติสาระแท้แล ฯ นามรูปํ อนิจฺจํ ขยฏฺเฐน นามรูปํ ทุกฺขํ ภยฏฺเฐน นามรูปํ อนตฺตา อสารกฏฺเฐน ๓ ที ฯ นามรูปํ อันว่านามรูปทังมวร อนิจฺจํ บ่หมั้นบ่เที่ยงมีสภาวะอันเกิดเปนแล้วรู้เสี้ยงรู้ดับกับ(กลับ)หายไป นามรูปํ อันว่านามรูปทังมวร ทุกฺขํ เปนบ่อทุกข์กองทุกข์เหตุมีสภาวะอันปุนกัวหากมีทุกข์มาเบียนหื้อลำบากในขณะกาลทัง ๓ คือว่า อุปาทขณะ ฐีติขณะ ภังคขณะ อุปาทขณะนั้น คือขณะเมื่อเกิดมานั้น ชาติทุกข์ก็เบียนหื้อลำบาก ฐีติขณะนั้นคือขณะกาลเมื่อเกิดมาแล้วแลตั้งอยู่ ชราทุกข์ พยาธิทุกข์ อุปทวภยกังวลทังมวรหากมาเบียนหื้อลำบากมากนัก ภังคขณะ คือขณะกาลเมื่อจักตายนั้น มรณทุกข์อันแสบกล้า

๕๙. ครระนองจักอดยากนัก หากมาบีบเบียนพอหื้อร้องออกปากด้วยเสียงอันหลากคล่ากิ้งกลับไป ๆ มา ๆ อันใดจักเปนสุขลวดหาบ่ได้สักอันแท้จิง(จริง)แล ฯ นามรูปํ อันว่านามรูปทังมวร อนตฺตา บ่ใช่ตนบ่ใช่เปนของตนสักอัน เหตุมีสภาวะหาแก่นหาสารอันหมั้นคุงบ่ได้สักอัน รู้แตกม้างสิบหายไปทังรูปทังนามบ่หลอสักอันแท้แล ฯ นามรูปํ อนิจฺจํ นามรูปํ อนิจฺจํ เท่าหื้อภาวนาสันนี้ไปไจ้ ๆ ได้ร้อยคาบ พันคาบ หมื่นคาบ แสนคาบเทอะ ผิว่าใจลง ใจสังเวสด้วยบทว่า นามรูปํ ทุกฺขํ ดั่งอั้น ก็หื้อจำเริญภาวนาว่า นามรูปํทุกฺขํ นามรูปํ ทุกฺขํ ดั่งนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ ผิว่าใจลงด้วยบทว่า นามรูปํ อนตฺตา ดั่งอั้น ก็หื้อจำเริญภาวนาว่า นามรูปํ อนตฺตา นามรูปํ อนตฺตา ดั่งนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ ใจลงสังเวสบทใดหื้อ

จำเริญบทนั้นเทอะ ฯ วิปสฺสนามูลกมฺมฏฺฐานสมตฺตา กริยาอันกล่าวยังวิปัสสนามูลกัมมัฏฐานผูกถ้วน ๒ ด้วยอันหย้อแควบก็แล้วเท่านี้ก่อนแล ฯ อิมินา ธมฺมทานปจฺจโย โหนฺตุ เม นิจฺจํ ธุวํ ธุวํ ธุวํ.

ผูก ๓

๑. นโมพุทฺธาย ฯ ภควติ หิ ปริจตฺตา โลกามิสฺสา น กาเย จ ชีวิตา จ อนุเปกฺขานํ อนุโลม ปฏิปทํเยว อาราเธตุํ กามานํ กุลปุตฺตานํ เตรส ธูตงฺคานิ อนุญาตานีติ ฯ อันว่าธุตังค (วัต) ทังหลาย ๑๓ ผะการ มีปังสุกุลเปนต้นแล พระพุทธเจ้าแห่งเราก็หื้ออนุญาตแก่กุลบุตผู้จักถือเอานิพพาน อันมีโลกามิสสะคือตัณหาหากทอดเสียแล้ว บ่มีอาไล (อาลัย) ในตนแลชีวิต อันมักไต่ตามอนุโลมปฏินั้นแล มักว่าธุตังควัตทังหลาย ๑๓ จำพวกนี้ พระพุทธเจ้าบ่มีได้หื้ออนุญาตแก่กุลบุตผู้มีตัณหาอาไล (อาลัย) ในลาภสการสิโลกนั้นแล ก็บ่หื้ออนุญาตแก่กุลบุตผู้ขงขวายกุลหกมายาเลี้ยงท้องนั้นเลย พระพุทธเจ้าเท่าหื้ออนุญาตแก่กุลบุต ผู้อันผาสะจาก(ปราศจาก)ตัณหามานะทิฏฐิบ่มีอาไล (อาลัย) ในตนแลชีวิต บ่มีผะโยชนะด้วยลาภสการสิโลกนั้นดาย เหตุดั่งอั้น ปุคคละผู้ใดอันมีผะโยชนะด้วยลาภสการสิโลก มักว่าผะโยชนะด้วยอันเลี้ยงท้องดั่งอั้น บ่เพิงว่าจักถือธุตังควัตนี้เลย ผู้ใดแลยังมีใจติดกับด้วยตัณหามักใคร่ผะโยชนะด้วยอันเลี้ยงท้อง ผิแลถือธุตังควัต เทียรย่อมมีอนทราย(อันตราย)

๒. เรียกว่าโจรในสาสนาพระพุทธเจ้าแท้ดีหลีแล ฯ เหตุดั่งอั้นปุคคละผู้ใด อันมักยังสุขในนิพพานหันโทสในสงสารนี้ จุ่งถือเอาธุตังควัตตวงครบเทอะ เหตุดั่งรือแลว่าอั้นชา พระพุทธเจ้าแลปัจเจกพุทธแลอรหันตาเจ้าทังหลาย อันได้เถิงนิพพานแล้วแต่ก่อน บ่ห่อนละธุตังควัตนี้เสียสักตนแลย่อมปฏิบัตชุตนจิ่งได้เถิงนิพพานแล ฯ ธุตังควัตหากเปนปเวณี หากเปนอาจิณ หากเปนเข้าของแห่งอริยเจ้าทังหลายแต่ก่อนแล เหตุดั่งอั้นเพิงสมาทานเอาธุตังควัตนี้ด้วยครบเทอะ เหตุว่าพระพุทธเจ้าอนุญาตไว้สันนี้แล คือ ปํสุกุลิกงฺคํ เตจีวริกงฺคํ ปิณฺฑิปาติกงฺคํ สปทานจาริกงฺคํ เอกาสนิกงฺคํ ปตฺตปิณฺฑิกงฺคํ ขลุปจฺฉาภตฺติกงฺคํ อรญฺญิกงฺคํ รุกฺขมูกงฺคํ อพฺโภกาสิกงฺคํ โสสนิกงฺคํ ยถาสนฺถติกงฺคํ เนสชฺชิกงฺคนฺติ อิมานิ ปน เตรส ธุตงฺคานิ สมฺมาสมฺพุทฺเธน อนุญาตานิ ปริจฺจตฺตา โลกาปิสานํ นิพฺพานาธิคมา ปฏิปทํเยว อาราเธตุกามานํ กุลฺปุตฺตานํ ฯ ส่วนอันว่าธุตังควัตทังหลายมี ๑๓ วัต คือว่า ปังสุกุลิกังคะ วัตอันทรงผ้าบังสุกุล ๑, เตจีวริกังคะ วัตอันทรงผ้า ๓ ผืน ๑, ปิณฑิปาติกังคะ วัตอันเอาเข้าบิณฑิบาต ๑, สปทานจริกังคะ วัตอันจรเดิน(เจริญ)บิณฑิบาตรด้วยล่ำดับปตู(ประตู)เรือน ๑, เอกาสนิกังคะ วัตอันสันเข้าคราบเดียว ๑, ปัตตปิณฑิกังคะ วัตอันสันเข้าในบาต ๑, ขลุปัจฉาภัตติกังคะ วัตอันบ่สันเข้าเมื่อลุนเข้า ๑, อรัญญิกังคะ วัตอันอยู่ในป่า ๑, รุกขมูลิกังคะ วัตอันอยู่เคล้าไม้ ๑, อัพโภกาสีกังคะ วัตอันอยู่กลางเป่ง ๑, โสสานิกังคะ วัตอันอยู่ป่าช้า ๑, ยถาสันถติกังคะ วัตอันอยู่เสนาสนะด้วยตามอันท่านหากแต่งไว้ ๑, เนสัชชิกังคะ วัตอันบ่นอน ๑ ธุตังควัตทังหลายฝูงนี้ พระพุทธเจ้าตนตรัสรู้เญยยธัมม์ทังมวรด้วยดีด้วยตน หากอนุญาตแก่กุลบุตทังหลาย อันมักใคร่พ้นจากทุกข์ในวัฏฏสงสาร บ่ยินดีเซิ่งลาภสการอันเปนของโลก เท่ายินดีเซิ่งวัตปฏิบัตอันหื้อได้เถิงนิพพานนั้นสิ่งเดียวนั้นแล ฯ ส่วนอันว่าธุตังควัต ๑๓ ฝูงนี้มีคุณอันมากนักแท้แล ธุตงฺคิโก อันว่าภิกขุตนเถิงแล้ว พ่ำเพงปฏิบัตยังธุตังควัตทังหลาย ๑๓ ฝูงนี้ มีสีลสมาจารทังมวรบัวริสุทธ์ดีนัก แลผะกอบด้วยอริยคุณอันดี ๘ ผะการ คือว่าอัปปิจฉตาภาวะ

๔. อันบ่มักมาก ฯ สันตฺพิตาภาวะ อันสันโดษเพิงใจของบัวรโพก(บริโภค)ด้วยตามหากได้นั้น ฯ สัลเลกขตาภาวะ อันเครียนเสียยังกิเลส ฯ ธุตตาภาวะ อันกำจัดเสียยังกิเลส ฯ ปวิเวกตาภาวะ

อันมีใจสงัดจากกิเลส ฯ อัปปัจจยัตตาภาวะ อันบ่หอมหยับกิเลส คือบ่หื้อกิเลสเกิด ฯ วิริยารัมภตาภาวะ อันผารมเพียรเพื่อละเสียยังกิเลส ฯ ปาสาทิกตาภาวะ อันดูงามรอดทุกกล้ำ อันพระพุทธเจ้าหากสักเสินยกยอนั้น อันหนึ่ง ก็ได้ตั้งอยู่ในอริยวังสะคือคองอริยะ ๖ ผะการ คือว่า ปังสุกุลิตาภาวะ อันทรงผ้าบังสุกุล ฯ ปิณฑิปาติกตาภาวะ อันเอาเข้าบิณฑิบาต ฯ รุกขมุลิกตาภาวะ อันอยู่เคล้าไม้ ฯ ภาวนารามตาภาวะ อันยินดีเซิ่งภาวนานั้นแล ฯ ภิกขุตนบัวระมวลด้วยหมู่สีลาทิคุณมีสภาวะสันนี้ ก็เพิงว่าจักได้พ้นจากทุกข์ในวัฏฏสงสาร เถิงนิพพานอันร่ำงับดับสังสารทุกข์ทังมวรแท้ดีหลีแล เหตุดั่งอั้น สหิตปญฺโญ อันว่าภิกขุตนมีผะหยาร่ำเพิงหันคุณอันหื้อเปนผะโยชนะแก่ตน มักใคร่พ้นจากทุกข์ในวัฏฏสงสารเถิงนิพพานอันสุขเสม หาไภยยะทุกข์โทสบ่ได้นั้น ควรสมาทานเอาแล้วพ่ำเพงปฏิบัตยัง

๕. ธุตังควัตทังหลายฝูงนี้แล ส่วนอันว่าลักขณะอันสมาทานเอา แลลักขณะอันพ่ำเพงปฏิบัตยังธุตังควัตทังหลาย ๑๓ นั้น ผู้มีผะหยาเพิงรู้ดั่งนี้เทอะ ฯ ภิกขุจักสมาทานเอาธุตังควัต ควรไปสมาทานเอาในสำนักภิกขุตนถือธุตังควัตนั้น คันภิกขุตนถือธุตังควัตบ่มี ควรไปสมาทานเอาในสำนักเจติยะสรีรธาตุแห่งพระพุทธเจ้านั้นแล ฯ เมื่อจักสมาทานเอาธุตังควัตในสำนักภิกขุตนถือธุตังควัตอันควรเปนอาจริยะหื้อนิไสรนั้น ควรเอานิไสรในสำนักภิกขุตนนั้นแล้ว เยียะสมาทานเอาธุตังควัตเทอะ เมื่อจักสมาทานเอาธุตังควัตในสำนักเจติยะนั้น ควรไปกวาดเฝี้ยวชำระข่วงเจติยะแล้ว เยียะสมาทานเอาธุตังควัตในสำนักเจติยะ ด้วยใส่ใจเปนดั่งสมาทานเอาในสำนักพระพุทธเจ้านั้นเทอะ ล้ำธุตังควัต ๑๓ นั้น ส่วนธุตังควัต ๓ อัน คือว่า วัตอันทรงผ้าบังสุกุล ๑ วัตเอาเข้าบิณฑิบาต ๑ วัตอันสันเข้าคาบเดียว ๑ วัต ๓ อันนี้ เปนสัปปายะแก่โยคาวจรภิกขุทังมวรแล ฯ เหตุดั่งอั้น ภิกขุควรสมาทานเอาธุตังควัต ๓ อันนี้ก่อน ผิมักใคร่ถือยิ่งกว่านี้เล่าเมือหน้า แม่นใคร่ถือวัตอันใดก็เยียะสมาทานเอาวัต

๖. อันนั้นแถมเล่าควรแล ฯ ผิบ่มักใคร่ถือยิ่งกว่านี้ เท่าถือ ๓ วัตนั้นสิ่งเดียวก็ควรแล ฯ ล้ำลักขณะสมาทานเอาแลลักขณะอันพ่ำเพงปฏิบัตธุตังควัตทังหลาย ๑๓ ฝูงนั้น ส่วนอันว่าลักขณะสมาทานเอาแลลักขณะอันพ่ำเพงปฏิบัตยังวัตอันทรงผ้าบังสุกุลนั้น เพิงรู้สันนี้เทอะ ฯ ภิกขุจักสมาทานเอาวัต อันทรงผ้าบังสุกุลหื้อสมาทานเอาว่า คหปติ ทานจีวรํ ปฏิกฺขิปามิ ๓ ที ว่า ปํสุกุลิกงฺคํ สมาทิยามิ ๓ ที เทอะ ฯ คันว่าสมาทานสันนี้แล้ว วัตอันทรงผ้าบังสุกุลนั้น ก็ขึ้นแก่ภิกขุตนสมาทานเอานั้นแล ส่วนภิกขุตนถือวัตทรงผ้าบังสุกุลนั้น บ่ควรทรงผ้าอันบ่เปนบังสุกุลนั้น คือว่าอันคนคระหัสหากหื้อต่อมือนั้น เท่าควรทรงผ้าอันเปนบังสุกุลสิ่งเดียวแล ส่วนว่าผ้าบังสุกุลอันมี ๒๓ จำพวก คือว่าโสสานิกังคะ ผ้าอันคนหากละเสียในป่าช้าผี ๑, ปาปนิกัง ผ้าอันตกหายเสียในแทบปตู(ประตู)กลาด ๑, รัพพิยโจรัง ผ้าอันฝูงคนมักบุญหากทอดตกในหนทางหลวงหื้อแก่ภิกขุ ๑, ๓ สักการโจรัง ผ้าอันคนหากทอดเสียในที่กองเหยื้อ ๑, ๔ โสฏฐิยัง ผ้าอันเชดมุนทินอันติดคัพภะแลทอดเสีย ๑, ๕ หนานโจรัง ผ้าอันหมอผีหื้อ

๗. คนนุ่งอาบน้ำแล้วทอดเสียด้วยคำว่าเปนจังไร ๑, ๖ ติตถโจรัง ผ้าอันคนทอดเสียในท่าอาบ ๑, ๗ คตังปัจฉาคตัง ผ้าอันคนนุ่งไปป่าช้าผีคืนมาอาบน้ำแล้วทอดเสีย ๑, ๘ อัคคิฑฒํ ผ้าอันไฟไหม้แล้วคนซัดเสีย ๑, ๙ โคขายิตัง ผ้าอันงัวเคี้ยวแลทอดเสีย ๑, ๑๐ อุปปจิกขายิตัง ผ้าอันปวกกัดคนทอดเสีย ๑, ๑๑ อุนตราขายิตัง ผ้าอันหนูกัดคนทอดเสีย ๑, ๑๒ อันตจินนัง ผ้าอันเซิ่งขาดคนทอดเสีย ๑, ๑๓ ธัชชาหตัง ผ้าอันคนแปงเปนช่อในท่าสะเพลาแลในที่รบเสิ้กแลละเสีย ๑, ๑๔ ถูปจีวรัง ผ้าอันเกี้ยวจอมปวกปูชาพลีกัมม์ ๑, ๑๕ สมณจีวรัง ผ้าอันภิกขุหากหื้อ ๑, ๑๖ อภิเสยิกัง ผ้าอันคนซัดเสียที่อภิเสกท้าวพญา ๑, ๑๗ อิทธิมยัง ผ้าอันได้ด้วยริทธีอันพระพุทธเจ้าเรียกเปนภิกขุด้วยคำว่าเอหิภิกขุ

นั้น ๑, ๑๘ ปักขิกัง ผ้าอันตกหายเสียในระแวกหนทาง ๑, ๑๙ วาตาหตัง ผ้าอันลมหากพัดไปตกที่ไกลแลเจ้าผ้าบ่หัน ๑, ๒๐ อันตสินัง ผ้าหัวเงินขาด ๑, ๒๑ เทวทัตติยัง ผ้าอันเทวดาหากหื้อ ๑, ๒๒ สมุททิยัง ผ้าอันฟองน้ำสมุทพัดออกเสียบก ๑,

๘. ๒๓ อันว่าเขตอันเปนที่เอาผ้าบังสุกุล ๒๓ มีสันนี้แล ฯ อันนี้ว่าตามแปลแห่งสัททดาย ผิว่าตามอธิบายแจกสันนี้เหล่า เมื่อว่าผ้าป่าช้านั้น มักว่าผ้าอันใดอันคนหากเอาไปหื้อแก่ชาวเจ้า เมื่อไปบังสุกุลในป่าเมื่อผีตายนั้นก็ดี ผ้าอันท่านพันผีไปทอดเสียในป่าช้านั้นก็ดี ผ้าฝูงนี้ย่อมว่าผ้าตกในป่าช้าเสี้ยงแล ๑ ฯ เมื่อว่าผ้าตกปตู(ประตู)กลาด(ตลาด)นั้น คือว่าผ้าอันคนลืมเสียแทบปตู(ประตู)กลาด(ตลาด)นั้นก็ดี ผ้าอันคนซัดเสียแทบปตู(ประตู)กลาด(ตลาด)นั้นก็ดี ผ้าอันคนหากมักใคร่หื้อทานแก่ชาวเจ้าตนถือบังสุกุลนั้นแส้งไปทอดไว้แทบปตู(ประตู)กลาด(ตลาด)นั้นก็ดี ผ้าฝูงนี้ชื่อว่าผ้าแทบปตู(ประตู)กลาด(ตลาด)เสี้ยงแล เอาเปนบังสุกุลดีชุอันแล ๒ ฯ เมื่อว่าผ้าอันตกท่ำกลางทางหลวงนั้น ผ้าอันคนจักใคร่หื้อแก่ชาวเจ้า เขาแส้งทอดไว้แต่ทางหลวงก็ดี ผ้าอันคนจักใคร่ทานแก่ชาวเจ้าแลทอดไว้แทบปตู(ประตู)บ้าน หน้าป่องเรือนก็ดี หน้าป่องผาสาทก็ดี ผ้าฝูงนี้ชี่อว่าผ้าตกกลางทางเสี้ยงแล เอาเปนบังสุกุลดีแล ๓ ฯ เมื่อว่าผ้าอันตกกองเหยื้อนั้น ผ้าอันคนใคร่หื้อทานแก่ชาวเจ้าแลเอาไปทอดไว้เหนือกองเหยื้อก็ดี ผ้าอันบ่ดีเขา

๙. ไปทอดเสียกองเหยื้อก็ดี ผ้าทังหลายฝูงนี้ชื่อว่าผ้าตกกองเหยื้อเสี้ยงแล เอาเปนผ้าบังสุกุลดีเสี้ยงแล ๔ ฯ เมื่อว่าผ้าอันเชดมลมุนทินแลซัดเสียนั้น ผ้าอันใดชาคือผ้าอันคนมักใคร่หื้อทานแก่ชาวเจ้าแลเขาแส้งเอาไปเชดเนื้อตนเดกน้อยผู้จิ่งออกจากท้องแม่นั้น ผ้าอันกั้วด้วยมุนทินนั้นแล เขาเอาไปไว้ที่ใดที่หนึ่งหื้อแก่ชาวเจ้าเอาเปนบังสุกุลนั้น เปนประดุจดั่งเมียแห่งติสสอามาตนั้น มันก็ประสูดลูกมันแล้ว หื้อเอาผ้าผืนหนึ่งอันควรค่าร้อยกหาปนะมาเชดมุนทินในตัวลูกน้อยนั้นแล้ว หื้อไปทอดไว้ที่ใดที่หนึ่ง ด้วยคำว่า ชาวเจ้าฝูงถือบังสุกุลหากจักมาเอาชาว่าอั้น อันนั้นชื่อว่าผ้าเชดมลมุนทินแล ผ้าอันหนึ่ง คนหากเชดมลมุนทินอันใดอันหนึ่งแล้ว ไปทอดไว้ที่ใดที่หนึ่ง เพื่อจักหื้อชาวเจ้าเอาเปนบังสุกุลก็ดี ผ้าฝูงนี้ย่อมว่าผ้าเชดมุนทินเสี้ยงแล เอาเปนบังสุกุลดีเสี้ยงแล ๕ ฯ เมื่อว่าผ้าอันหมอผีแลซัดเสียนั้นคือผ้าอันหมอผีทังหลายนุ่งไปปูชาผีแล้วคืนมาอาบน้ำดำหัวเสียแล้ว เขาว่าผ้าอันเรานุ่งไปปูชาผีนี้เปนผ้าจังไรจังทานว่าอั้นแล้ว เขาทอดเสียในท่าน้ำนั้นแล้วเขาหนีเมือ อันนี้ชื่อว่าผ้าหมอผีหากละเสียแลเอาเปนบังสุกุลดีแล ๖ ฯ เมื่อว่าผ้าอันคนทอดเสีย

๑๐. ในท่ำกลางน้ำนั้น คือผ้าอันเก่าอันร้ายอันคนหากทอดเสียในท่าน้ำก็ดี ผ้าสีไคก็ดีผ้านุ่งอาบน้ำก็ดี อันเขาบ่เอาแลทอดเสียในท่าน้ำนั้น ผ้าอันคนจักหื้อแก่ชาวเจ้าแลเอาไปทอดไว้ท่าน้ำนั้นก็ดี ผ้าฝูงนี้ย่อมว่าผ้าท่านทอดเสียในท่าน้ำเสี้ยงแล เอาเปนบังสุกุลดีชุอันแล ฯ ผ้าอันเขาไปสู่ป่าช้ามาแลเขาแก้ซัดเสียนั้นดั่งรือชาแท้แล ผ้าอันใดอันคนฝูงมีริทธิถือมิจฉาทิฏฐินั้น เขานุ่งผ้าผืนใดไปสู่ป่าช้าผีนั้น ผ้าผืนนั้นเขาสมุตติว่ากาลกิณี คันเขาคืนมาอาบน้ำดำหัวเขาแล้วลวดแก้ซัดเสีย ผ้าอันนั้น เอาเปนบังสุกุลดีแล ๘ ฯ ผ้าอันไฟไหม้นั้นดั่งรือชาแท้แล ผ้าอันไฟไหม้มากก็ดี น้อยก็ดี คนฝูงมีมิจฉาทิฏฐิว่าผ้ากาลกิณีเขาบ่นุ่งบ่ทรงเอาไปซัดเสีย ผ้าอันนั้นเอาเปนบังสุกุลดีแล ๙ ฯ เมื่อว่าผ้างัวเคี้ยวนั้น คนทังหลายสมุตติว่าจังไรจังทาน(จัณฑาล) เขาบ่นุ่งบ่ทรงแลเอาไปซัดเสียนั้น ผ้าอันนั้นเอาเปนบังสุกุลดีแล ๑๐ ฯ เมื่อว่าผ้าอันปวกกัดก็ดี หนูกัดก็ดี ผ้าอันคนทังหลายย่อมว่าผ้ากาลกิณี เขาบ่นุ่งบ่ทรงเอาไปซัดเสียนั้น เอาเปนบังสุกุลดีแล ๑๑ ฯ เมื่อว่าผ้าอันเชิงปุดเชิงขาดเบื้องหนึ่งก็ดี ๒ เบื้องก็ดี คน

๑๑. ทังหลายย่อมสมุตติว่าจังไรแลเอาไปซัดเสียนั้น ผ้าอันนั้นเอาเปนบังสุกุลดีแล ๑๒ ฯ เมื่อว่าผ้าอันเปนช่อนั้น คือผ้าคนหมายท่าสะเพลาก็ดี ผ้าอันคนหากผูกเปนช่อในที่รบเสิ้กนั้นก็ดี ผ้าอันคนผูกเปนช่อหมายที่ใดที่หนึ่งก็ดี ย่อมได้ชื่อว่าผ้าอันเปนช่อเสี้ยงแล คันเจ้ามันบ่อาไล (อาลัย) แล้วเอาเปนบังสุกุลดีชุอันแล ๑๓ฯ เมื่อว่าผ้าเกี้ยวจอมปวกปูชาพลีกัมม์แล้วนั้นดั่งรือชา แท้แล ผ้าอันใดอันหมอทังหลายเอาไปพลีกัมม์แล้ว บ่อาไล (อาลัย) ลวดละเสียแลหนีดั่งอั้น เอาเปนบังสุกุลดีชุอันแล ๑๔ ฯ เมื่อว่าผ้าอันซัดในที่อภิเสกท้าวพญานั้น ผ้าอันใดอันคนเอาไปหื้อพญานุ่งอาบน้ำดำหัวก็ดี ผ้าอันพญานุ่งแต่ก่อนแล้วถ่ายเสียเมื่ออภิเสกนั้นก็ดี ผ้าฝูงนี้เอาเปนบังสุกุลดีชุอันแล ๑๕ ฯ เมื่อว่าผ้าอันเกิดด้วยริทธีนั้น คือว่าผ้าอันเกิดด้วยริทธีบุญตนมีต้นว่าเอหิภิกขุนั้นแล เจ้าตนถือบังสุกุลควรทรงแล ๑๖ ฯ เมื่อว่าผ้าอันลมหากพัดนั้น ผ้าอันนั้นดั่งรือชา คืออันลมหากพัดขึ้นไปในอากาศแลไปในที่ไกล เจ้าผ้าบ่หัน เอาเปนบังสุกุลดีแล ๑๗ ฯ เมื่อว่าผ้าอันตกหนทางนั้น ผ้าอันคนหากลืมเสียแต่หนทางก็ดี ผ้าอันตกหายแต่หนทางก็ดี ผิว่าเจ้าตนถือบังสุกุลจักเอาหื้อยั้งถ้าเจ้า

๑๒. ผ้าน้อยหนึ่งก่อน ผิว่าเจ้าผ้าบ่มาเอาแท้ จุ่งเอาเปนบังสุกุลเทอะ ๑๘ ฯ เมื่อว่าผ้าหัวเงินปุดนั้นดั่งรือชา คือผ้าอันคนหากนุ่งแล้วขาดเสีย ๒ หัวเงินก็ดี หัวเงินหนึ่งก็ดี บ่หยิบ(เย็บ)แลเอาไปซัดเสียนั้นผ้าอันนั้นเอาเปนบังสุกุลดีแล ๑๙ ฯ เมื่อว่าอันเทวดาหากหื้อนั้น คือว่าผ้าอันเทวดาทังหลาย มักใคร่ได้โกฐากส่วนบุญแลเอามาหื้อเปนบังสุกุล ประดุจดั่งเทวดามาหื้อแก่มหาอนุรุทธเถรนั้นตนถือบังสุกุลก็ควรเอาแล ๒๐ ฯ ผ้าอันตกสมุทดั่งรือชา คือว่าอันตกในน้ำสมุทแลฟองน้ำหากพัดออกไว้บกนั้น เอาเปนบังสุกุลดีชุอันแล ๒๑ ฯ ผ้าอันสมณะหากทอดด้วยใส่ใจ เอาเปนบังสุกุลดีชุอันแล ๒๒ ฯ ๒๓ อันว่าที่ทังหลาย ๒๓ แห่งนี้เปนเขตแห่งที่เอาผ้าบังสุกุลแล เจ้าตนถือบังสุกุลนั้นเอาในที่ใดที่หนึ่งก็ควรชุแห่งวัตก็บ่ขาดเลย ฯ ผ้าอันใดอันคนหากหื้อด้วยคำว่า สกฺกจฺจํ สงฺฆสฺส เทม ว่าอั้นก็ดี ตูข้าก็หื้อผ้าอันนี้แก่สังฆะแลว่าอั้นก็ดี ผ้าอันนั้นเจ้าตนถือบังสุกุลรับบ่ดี วัตขาดแล ผิว่าเขามาหื้อแก่ชาวเจ้าด้วยคำว่า ภิกฺขูนํ ถปานํ เทม ก็ดี ด้วยคำไทว่า ตูข้าหื้อผ้าแก่ภิกขุทังหลายว่าอั้นก็ดี ตูข้าหื้อผ้าแก่เถรทังหลายแลว่า

๑๓. อั้นก็ดี ผ้าอันนั้นก็ยังควรแก่เจ้าตนถือบังสุกุลรับเอาแล เขาบ่ได้ว่าหื้อแก่เจ้ากูแล ควรเพื่ออั้นแล คำอันนี้ว่าในอัตถกถามหาวัคคแล ส่วนผ้าอันสังฆะแจกนั้นแม่นสังฆะอุปโลกพร้อมกันหื้อ ก็บ่เปนบังสุกุล บ่ควรเอาแล ผิว่าภิกขุทังหลายเอาผ้าอันเปนส่วนแห่งเขามาหื้อดั่งอั้น เปนบังสุกุลควรแล ฯ ผ้าอันคนทังหลายหากหื้อแก่ภิกขุ ๒ ตน ๓ ตน นั้นก็ดี ผ้าอันคนหากหื้อแก่ภิกขุทังหลายอันมาอยู่เอาวัสสาในอาวาส อันเปนที่หื้อทานแห่งเขานั้นก็ดี ผ้าอันคนหากหื้อแก่ภิกขุทังหลายด้วยอันมาอยู่ในเสนาสนะ อันเปนที่หื้อทานแห่งเขาก็ดี ผ้าฝูงนี้ก็บ่เปนบังสุกุลบ่ควรเอาแล ฯ ส่วนผ้าอันภิกขุหากแจกหื้อนั้น ส่วนภิกขุทังหลายเอาผ้าอันเปนส่วนแห่งเขามาหื้อดั่งอั้น เปนบังสุกุลควรเอาแล ฯ ผ้าอันภิกขุหากหื้อด้วยอันเปนของคนก็ดี ด้วยอันเปนของสังฆะก็ดี ด้วยอันเปนของคณะ ๒ ตน ๓ ตน ก็ดี บ่เปนบังสุกุลแล ฯ ผ้าอันภิกขุหากหื้อด้วยอันเปนของแห่งภิกขุจิ่งเปนบังสุกุลแล ฯ ผ้าอันใดอันภิกขุหากจระเดินไปขอแลได้ก็ดี หื้อซื้อด้วยของตนก็ดี ไปเทสนาธัมม์ได้ก็ดี ฝูงนี้ใช่ผ้าบังสุกุล

๑๔. แล เจ้าตนถือบังสุกุลรับบ่ควร อย่ารับเทอะ ผ้าอันคนมาหื้อต่อมือก็ดี ผ้าอันกับ**คะติกะกุด**ดีแล ผ้าอันกับวัสสาก็ดี ผ้าอันใดอันคนแส้งสะเพราะ(เฉพาะ)แล้วแลมาหื้อก็ดี ผ้าฝูงนั้นเจ้าตนถือบังสุกุลทรงบ่ควรสักอัน คันทรงวัตก็ขาดแล ฯ ผ้าอันคนมาหื้อแก่ชาวเจ้าเมื่อออกวัสสานั้น ชาวเจ้า

แจกหื้อเปนพุ้นเรียงกันไว้ด้วยลำดับมาเถิงแก่เจ้าตนถือบังสุกุลไปเอาก็ยังเปนบังสุกุลแล ฯ ผิว่าทายกเอาผ้ามาทอดไว้แทบตีนเจ้าภิกขุตนหนึ่งก่อนแล้ว เจ้าภิกขุตนนั้น พ้อยเอาผ้าผืนนั้นไปไว้เหนือมือเจ้าภิกขุตนถือบังสุกุลนั้น ผ้าผืนนั้นเรียกว่าบัวริสุทธ์จากบาปแล้วดายควรรับบ่ขาดแล ฯ ผ้าผืนใดคนเอามาไว้เหนือมือ ภิกขุตนนั้นพ้อยเอาไปไว้แทบตีนเจ้าภิกขุตนถือบังสุกุลนั้น ผ้าผืนนั้นเรียกว่าเท่าบัวริสุทธ์เบื้องเดียว แม่นรับวัตก็บ่ขาดแล ฯ ผ้าผืนใดอันคนหากมาทอดไว้แทบตีนเจ้าภิกขุตนหนึ่งก่อนแล้ว เจ้าภิกขุตนนั้นพ้อยเอาไปไว้แทบตีนเจ้าตนถือบังสุกุลนั้น ผ้าผืนนั้นเรียกว่า อุพภโตสุทธิ บัวริสุทธ์ทัง ๒ เบื้องแล ผ้าผืนนี้ควรรับแท้แล ฯ ผ้าผืนใดอันคนเอามาไว้เหนือมือเจ้าภิกขุตนหนึ่งแล้ว เจ้าภิกขุตนนั้นพ้อย

๑๕. เอาไปไว้เหนือมือเจ้าตนถือบังสุกุลนั้น เรียกว่ายังถ่อยแม่นรับวัตก็บ่ขาดแล ฯ ผ้าอันคนแส้งเอาไปทอดไว้ในที่ใดที่หนึ่งหื้อนั้นก็ดี ผ้าอันคนหากทอดไว้ในที่ใกล้ตีนนั้นก็ดี ผ้า ๒ จำพวกก็เปนบังสุกุลควรเอาแล ส่วนอันว่าเจ้าภิกขุตนถือบังสุกุลนั้นอย่าได้เข้าอำนาดแห่งตัณหาสักอันเท่าหื้อไว้ใจว่า ชาติทรงยังบังสุกุลนี้หากเปนปเวณีอาจิณณะแห่งอริยเจ้าทังหลายแต่ก่อนมาแล อันนี้ก็ควรแก่สมณะนักบวชแล แม่นพระพุทธเจ้าก็ยังทรงดาย หื้อรำเพิงสันนี้เอาเทอะควรแล ฯ ไนยะหนึ่งเล่า ผ้าผืนเขาเอาปกผีไปเสียนั้น ผิเจ้าผีมักหื้อเอาดั่งอั้นก็เยียะเอาแล ผิเจ้าผีบ่มักหื้อเอาก็อย่าเอาเสียสัทธาเขาชา ผิว่าผีอันหาเจ้าบ่ได้บ่ว่าตามใจตนจักเอาแล อันว่าผ้าบังสุกุลนั้น แม่นว่าถูกตนผีก็ดี บ่ถูกก็ดี เอาเปนบังสุกุลควรชุอัน บ่ถ้าว่าหื้อถูกตัวผีก่อนแล้วจิ่งเอานั้นแล ฯ อาจารย์ลางพร่องว่าคนหากตายที่ใดพอเขาตีกองได้ยินเสียงหื้อเจ้าตนถือบังสุกุลนั้น ไปเอาบังสุกุลผี บ่ไปวัตขาดเสียดายว่าอั้นแล อันนี้บ่มีในอัตถกถา ฎีกาแล อาจารย์ลางพร่องว่า

๑๖. สันนี้เล่า เมื่ออุโปสถะ(อุปาสกะ)แลจักหื้อผ้าบังสุกุลแก่เจ้าตนถือวัตนั้น หื้อไปเช้านักเอาไปไว้ที่ใดที่หนึ่ง อย่าหื้อทันสายพระอาทิตออกจวร อันหนึ่ง อย่าหื้อคนเทียวทางมาจวร คันสายพระอาทิตออกจวร คนเทียวทางมาจวร เรียกว่าบ่ดีแล คำอันนี้บ่มีในปาฬีอัตถกถา ฎีกา อย่าฟังคำไผเทอะ อันนี้ว่าหื้อรู้จักลักขณะอันจักเอาผ้าบังสุกุลนั้นแล ฯ ภิกขุตนใดสมาทานเอาวัตอันทรงผ้า ๓ ผืนแล้วนั้น ควรแสวงหาผ้าบังสุกุลทังหลายฝูงกล่าวมานี้อันใดอันหนึ่งแล้ว ผิไป่ตัดหยิบเที่อควรตัดหยิบย้อมแล้วใส่พินทุแล้วอทิฏฐานแล้ว นำผ้าเก่าตนอันบ่เปนบังสุกุลนั้นเสียแล้วบัวระโภกเทอะ ผิได้อันตัดหยิบย้อมแล้วควรใส่พินทุแล้วอทิฏฐานแล้ว ผ้าเก่าตนอันบ่เปนบังสุกุลนั้น ควรสละเสียแล้ว ท่านผู้อื่นเอามากทำเปนบังสุกุลหื้อเล่าดั่งอั้นควรบัวระโภกเล่าแล ฯ ส่วนภิกขุตนถือวัตอันทรงผ้าบังสุกุลนี้มี ๓ ตน คือว่าตนถืออุกกัฏฐะ ถ้านใหญ่ยิ่งโยชน์ ๑ แล ตนถือมัชฌิมปานกลาง ๑ ตนถือมุทู ถ้านซอยน้อยอ่อน ๑ แล ล้ำวัต ๓ อันนั้น อันชื่ออุกกัฏฐะนั้น ก็เท่าเอาผ้าบังสุกุลในป่าช้าสิ่งเดียว ที่อื่นกว่านั้นบ่เอาได้เลย ฯ ภิกขุตนถือมัชฌิมะนั้น ผ้าอันคนจักมักใคร่หื้อทานไปทอดไว้ที่ใดที่หนึ่ง

๑๗. มีต้นว่ากองเหยื้อนั้นก็ดีแล เท่าบ่เอาอันคนมาทอดหื้อในที่ใกล้ตีนนั้นแล ฯ ภิกขุถือมุทูนั้น ยังเอาผ้าอันคนมาทอดไว้หื้อในที่ใกล้ตีนนั้นแล เท่าบ่เอาผ้าอันบ่เปนบังสุกุลนั้นแล ฯ อันนี้หื้อรู้จักอันยิ่งอันปานกลางอันแวนอ่อนนั้นแล ฯ ที่แท้เมื่อสมาทานเอาวัตก็อันเดียวกันแล ตนอุกกัฏฐะนั้นแล จักลงอยู่ถ้านมัชฌิมะ มัชฌิมะจักลงอยู่ถ้านมุทูนั้นก็ดี จักสมาทานเอาวัตอันใหม่ก็บ่มีแล้วแล ฯ แม่นมุทูจักขึ้นอยู่ถ้านมัชฌิมะก็ดี มัชฌิมะจักขึ้นอยู่ถ้านอุกกัฏฐะก็ดี จักได้สมาทานเอาอันใหม่เล่า ก็บ่มี วัตก็อันเดียวนั้นเขาหากิจจะเพิงกทำตามอันเค่งอันยานอันปานกางนั้นดาย อันนี้หื้อรู้จักประเภทอัน

ถือบังสุกุลนั้นแล ฯ ภิกขุตนถือวัตอันทรงบังสุกุล ๓ ตนนี้ บ่ควรเอาผ้าอันคนหากมาหื้อต่อมือนั้น เท่าควรเอาผ้าบังสุกุลสิ่งเดียวแล ฯ เมื่อจักเอาผ้าบังสุกุลอันคนหากทอดเสียในที่ใดที่หนึ่งนั้นก็ดี อันคนแส้งไปทอดไว้ในที่ใดที่หนึ่งหื้อภิกขุนั้นก็ดี ควรไปยืนอยู่ในที่ใกล้ผ้านั้นแล้วร้องทักว่าดั่งนี้ อิทํ เกน ปติตํ ดั่งนี้ ๓ ทีแล้วนั่งหย่องเอามือหยุบผ้านั้นแล้วว่า อสฺสามิกมิทํ ปงฺสุกุลจีวรํ ปรมเชคุจฺฉํ อิมํ ปฏิคณฺหามิ ฯ อิทํ จีวรํ จ อหํ จ สงฺขารคตา

๑๘. อนิจฺจา ทุกฺขา อนตฺตา วิปริณามธมฺมา ดั่งนี้ ๓ ทีแล้ว กทำปัจจเวกขณะว่า ยถาปจฺจยํ ปวตฺมานํ ถราบเถิง ชายนฺติ แล้วเอาเทอะ เมื่อจักเอาบังสุกุลอันคนมาทอดหื้อในที่ใกล้ตีนนั้นบ่ควรร้องทัก เท่าควรเอามือหยุบผ้านั้นแล้วว่า ปาทมูลจีวรมิทํ อริยตนฺตึ อริยปเวณึ อริยวํสํ อิมํ ปฏิคณฺหามิ ฯ อิทํ จีวรํ จ อหํ จ สงฺขารคตา อนิจฺจา ทุกฺขา อนตฺตา วิปริณามธมฺมา ดั่งนี้แล้ว กทำปัจจเวกขณะด้วยไนยะดั่งกล่าวแล้วนั้นเอาเทอะ ภิกขุตนทรงผ้าบังสุกุล ๓ ตนนี้ คันรับเอาผ้าอันคนหากหื้อต่อมือยามใดวัตก็แตกม้างเสียยามนั้นแล ฯ ผิรับเอาหื้อท่านผู้อื่นก็ดี คันบ่รับอนตรายจักเกิดแล รับก็ดี คันอั้น บ่เสียวัตแล เท่าหื้อสละผ้านั้นเสียเทอะ ภิกขุตนมีวัตผ้าหากแตกม้างเสียนั้น ควรคืนสมาทานเอาวัตเล่าแล ฯ ส่วนอันว่าอานิสงแห่งวัต อันทรงผ้าบังสุกุลเพิงรู้สันนี้เทอะ ภิกขุตนทรงผ้าบังสุกุลนั้น นิสฺสายานุรุปฏิปนฺโน ได้ปฏิบัตควรแก่นิไสยอันกล่าวว่า ปํสุกุลจีวรํ นิสฺสาย ปพฺพชา นั้น ปถเม อริยวํเส ปติฏฺฐานํ ได้ตั้งอยู่ในอริยวังสะหัว

๑๙. ทีนั้น จีวเร รูปาหานํ ได้ละเสียยังตัณหาอันโลภในผ้าจีวรแล โผฏฺฐพฺพาตณฺหาวิโนทนํ ได้บันเทาเสียยังตัณหา อันกติมักในโผฏฐัพพารมณ์ สมณสารูปปริกฺขาโร มีปริกขารอันสมควรแก่สรมแล ปาสาทิโก ดูงามรอดทุกกล้ำ อปฺปจฺจตาทินํ อนุโลมวุตฺติ มีกริยาอันตั้งอยู่เยนตามคุณอันดีมีอัปปจัตตาเปนต้น ทิฏฺฐานุคติยา ปจฺฉิมา ชนตา กมฺปนํ อันหนึ่ง ก็ได้อิ่นดูกุลบุตทังหลายฝูงเกิดมาเมื่อซ้อยด้วยอันได้หื้อหันยิ่งแลไต่ตามคองนิพพานนั้นแล ฯ ภิกขุตนทรงบังสุกุลแล้ว รบกับด้วยเสนามารคือกิเลสปาปธัมม์นั้น เหมือนดั่งโยธาหารอันห่มเกราะข่ายแล้วรบกับด้วยข้าเสิ้กในสงครามนั้นแล ฯ เหตุดั่งอั้น วิสุทฺธปญฺโญ อันว่าภิกขุตนมีผะหยาอันบัวริสุทธ์ ควรถือวัตอันทรงผ้าบังสุกุลควรแก่โยคาวจรนั้นแล ควรพิจารณาดูถี่ถ้วนเทอะ ฯ ปังสุกุลธุตังค สมัตตา ฯ โยคาวจรตนจักถือวัตอันชื่อว่าติจีวริกังควัตนั้น เมื่อจักสมาทานเอาวัตหื้อว่า จตุตฺถจีวรํ ปฏิกฺขิปามิ ๓ ที ฯ เตจีวริกงฺคํ สมาทิยามิ ๓ ที ฯ ๒ คำนี้ว่าอันใดก็ดีทัง ๒ แล ฯ

๒๐. คันสมาทานเอาวัตสันนี้แล้ว วัตอันทรงผ้า ๓ ผืนนั้นก็ขึ้นแก่ภิกขุตนสมาทานเอานั้นแล ฯ เท่าทรงผ้า ๓ ผืนคือว่าผ้าสบง ชีวอน สังฆาฏิ ผ้าใหญ่เท่าควรทรง ๓ ผืนนี้แล ฯ ผ้าน้อยมีต้นว่ากายพันแลผ้าเชดหน้าเชดเหื่อผ้าเชดมือสลุบบาต ผ้านิสีทนะรองนั่ง ถง ผ้าฝูงนี้บ่เข้าในติจีวระก็ควรหื้อมีเพิงทรงแล ผ้าห่มอันท่านทานกับคะตึก กุฎี ก็ดี ผ้าจีวรอันทานกับกุฏิยะ แม่นทรงวัตก็บ่ขาดแล ฯ ผ้าอาบอันท่านหื้อทานกับคะตึกกุฎี แลหื้อทานกับน้ำบ่อนุ่งอาบน้ำก็ควรแล ฯ เครื่องลวาดเครื่องปูชาอันเปนของกับกุฎีนั้น เจ้าตนถือติจีวระทรงควรแล ฯ ผ้าอันใดก็ดีอันกับเสนาสนะ อันบใช่ของตน เจ้าตนถือติจีวระจักทรงก็ควรด้วยอันกู้อันยืม อย่าเอาไปไว้เปนของตนสักอันเทอะ เจ้าตนถือติจีวระนั้น ผิหากได้ผ้าควรกทำหื้อเปนติจีวระนั้น คันได้มาก็หื้อหยิบย้อมแล้วใส่พินทุอทิฏฐานนุ่งเทอะ ผิได้ผ้าใหม่มาแล้วจักใคร่กทำหื้อเปนผ้าจีวรผืนใดผืนหนึ่งแล ผ้าบ่พอจักขงขวายแถมถราบใดดั่งอั้นก็ยังเพิงไว้ถราบนั้น ผิบ่อยู่สัปปายะก็ดี ฝ้ายหยิบแลเขมบ่มีเทื่อก็ดี หาช่างผู้ตัดบ่ได้

๒๑. เที่อก็ดี ก็เพิงไว้ถราบนั้นควรแล แต่แดนหยิบย้อมแล้วบ่ป(ล)งผ้าผืนเก่าเสีย ยังไว้กับตนทัง ๔ ผืนนั้นบ่ควรจักไว้ ผิหากไว้ดั่งอั้นเปนโจรแก่ธุตังควัตดาย บ่ดีเลย ฯ ผะการหนึ่ง เจ้าตนถือติจีวระนั้นได้ผ้าผืนใหม่มา บ่ใคร่ทรงจักใคร่สังคหะแก่ปุคคละผู้ใดผู้หนึ่งก็ดี ผิจักไว้หื้อเปนผะไจอันใดอันหนึ่ง ก็ยังควรไว้ เท่าอย่าใส่ใจว่าจักไว้นุ่งไว้ทรงแก่ตน บ่ดีเลย ฯ อันว่าเจ้าตนถือติจีวรนี้ะ ก็ยังมี ๓ จำพวกดั่งนี้ อันหนึ่งชื่อว่าอุกกัฏโฐ อันหนึ่งชื่อว่ามัชฌิโม อันหนึ่งชื่อว่ามุทูโต สันนี้แล ฯ ภิกขุตนอุกกัฏฐะนั้น บ่ควรนุ่งผ้าคุมผ้าท่านผู้อื่นแล เมื่อจักย้อมผ้านั้น หื้อย้อมผ้าสบงก่อนก็ดี ย้อมผ้าชีวอนก่อนก็ดี คันแห้งแล้วย้อมสังฆาฏิคือผ้าพาดเมื่อลุนเทอะ ผิจักนุ่งสังฆาฏิอยู่แลย้อมผ้าผืนอื่นบ่ได้ ผ้าสังฆาฏิอย่านุ่งบ่ดีเลย อันอาไสร(ศัย)เซิ่งเสนาสนะใกล้บ้านแล ผิว่าเสนาสนะไกลบ้านคือยังป่าหื้อย้อมสบงแลชีวอนพร้อมกันทีเดียว หื้อปวยตัวอยู่ก่อนดาย เท่าว่าเมื่อยังผ้าไว้นั้น หื้อนั่งใกล้หั้นบ่อั้นเยียวผู้ใดผู้หนึ่ง หากหลอนมาหยุบเอาผ้ามาห่มมาปกง่าย แม่นจักย้อมทัง ๓ ผืนพร้อมกันที่เดียวก็ดี

๒๒. เท่าว่าหื้อนั่งใกล้ผ้าอันยังไว้นั้นแท้ อย่าเอาผ้าอันอื่นมานุ่งอยู่บ่ควรแล ฯ ตนมัชฌิโมนั้น เมื่อจักย้อมผ้า ผิว่าผ้าอันแต่งไว้นุ่งเมื่อย้อมผ้ายังโรงไฟ หากมีก็เพิงนุ่งผ้านั้น แล้วย้อมผ้าตนก่อนแล จักนุ่งผ้าอันอื่นกว่านั้นบ่ควรแล ฯ ตนมุทูนั้น เมื่อจักย้อมผ้า แม่นจักนุ่งผ้าเจ้าตนอื่นอยู่ก่อนแลย้อมผ้าตนดั่งอั้นก็ยังควร ผ้าเจ้าตนอื่นอันเปนสภาคะมีวัตเสมอกันนั้น แม่นยืมมานุ่งมาคุมก่อนดั่งอั้นก็ยังควรแล ฯ ภิกขุตนมุทูนั้น ผ้าแลเครื่องลวาดอันไว้กับที่อยู่นั้น ก็ยังควรบัวระโภกในที่นั้น เท่าบ่ควรนำไปบัวระโภกในที่อื่นแล ฯ ไนยะหนึ่ง ผ้าจตุตถจีวรคือว่าอังสกุฏแล ไนยะหนึ่งว่า อังสกาสาวะ ไทว่าผ้าปกบ่า ลวงกว้างคืบหนึ่ง ลวงยาว ๓ สอก ผ้าอันนั้นก็ยังควรแก่เจ้าตนถือติจีวระแล ฯ วัตทรงผ้าจีวระ พอ ๔ ผืนเมื่อใด วัตก็แตกม้างเสียยามนั้นแล ผิว่ารับหื้อท่านผู้อื่นก็ดี คันบ่รับอนตรายจักเกิดแลรับก็ดี คันอั้นบ่เสียวัตแล เท่าหื้อสละผ้านั้นเสียเทอะ ฯ ส่วนอันว่าอานิสงแห่งวัตอันทรงผ้า ๓ ผืนเพิงรู้สันนี้เทอะ อติเรกจีวรโลลุปปานํ ได้ละเสียยังตัณหา

๒๓. อันโลภในผ้าอันมากอันเหลือ ๑ ปริโภคตณฺหาวิโนทนํ ได้บันเทาเสียยังตัณหาอันกติในเครื่องบัวระโภก ๑ จีวรปลิโพธาภาโว หาปลิโพธในผ้าบ่ได้ ๑ ลหุปริกฺขาโร มีปริขารอันน้อยอันเบา ๑ อปฺปกิจฺโจ บ่มีกิจจะอันมาก ๑ สลฺลหุกวุตฺติ มีกริยาอันตั้งอยู่เปนอันเบา ๑ สลฺเลขวุตฺติ มีกริยาอันตั้งอยู่แลเว้นเสียยังกิเลส ๑ อปฺปิจฺจตาทินํ อนุโลมวุตฺติ มีกริยาอันตั้งอยู่เปนตามคุณอันดี มีอัปปิจฉตาเปนต้นแล เปนเหตุใกล้นิพพานแล เหตุดั่งอั้นภิกขุตนมีผะหยาควรถือวัตทรงผ้า ๓ ผืนนั้นแล เตจีวริกังค สมัตตา ฯ โยคาวจรภิกขุตนจักถือวัตอันชื่อว่าปิณฑิปาติกังควัตนั้น เมื่อสมาทานเอาว่าสันนี้ ฯ อติเรกลาภํ ปฏิกฺขิปามิ ๓ ที ฯ ปิณฺฑิปาติกงฺคํ สมาทิยามิ ๓ ที ฯ ๒ คำนี้ว่าอันใดก็ดี ว่าทัง ๒ ก็ดีแล ฯ คันว่าสมาทานเอาวัตบิณฑิบาตก็ขึ้นแก่ภิกขุตนสมาทานเอานั้นแล ส่วนอันว่าภิกขุตนถือเอาเข้าบิณฑิบาตนั้น เท่าว่าเอาเข้าบิณฑิบาตสิ่งเดียวแล บ่ควรเอาเข้าอติเลกลาภ ๑๔ จำพวก คือว่าสังฆภัตตัง คือเข้าสังฆภัต ได้เข้าอันสัทธาทายกนำมาสู่วิหาร

๒๔. หื้อแก่สังฆะทังหลายเอา คำไทว่า ตูข้าหื้อเข้าน้ำโภชนะอาหารแก่เจ้ากูสังฆะแลว่าอั้นก็ดี เขาเวนว่า สงฺฆสฺส เทม ก็ดี เข้าอันนี้ชื่อสังฆภัตแล เจ้าตนถือบิณฑิบาตบ่ควรรับแล ๑ อุทฺเทสภตฺตํ คือเข้าอันใดอันคนหากสับเพราะเซิ่งชาวเจ้าแล้วแลหื้อสังฆะก็ดี เปนเข้าอันปุคคละหื้อละวันละตน ๒ ตน ล่ำดับไปชุวันนั้นก็ดี เข้าอันนั้นชื่ออุทเทสภัตแล เจ้าตนถือบิณฑิบาตบ่ควรรับแล ฯ ๒ นิมนฺตนํ อันหนึ่ง ชื่อว่าเข้านิมันตนะ คือเข้าอันท่านหากนิมนชาวเจ้าด้วยคำว่าเจ้ากูสังฆะจุ่งเมือเอาเข้าในเรือน

ตูข้าชุวันชุวันอย่าขาดเทอะ เมื่อนั้นชาวเจ้าก็ปันกันเมือชุวันดั่งอั้น เข้าอันนั้นชื่อว่านิมันตนภัตแล เจ้าตนถือบิณฑิบาตบ่ควรรับแล ฯ ๓ สลากภตฺตํ อันหนึ่ง ชื่อสลากภัต คือเข้าอันคนหากเวนไว้แก่ชาวเจ้าด้วยคำว่า เจ้ากูสังฆะจุ่งเมือรับเอาเข้าสลากภัตในเรือนตูข้าชุวันเทอะ เมื่อนั้นชาวเจ้าก็ทอดสลากไปเถิงเจ้าตนใด หื้อเจ้าตนนั้นเมือรับ อันนี้ชื่อสลากภัตแล ในยะหนึ่ง คนเขียนชื่อชาวเจ้าแลทอดไว้ในภาชนะทายกแลหื้อเอานั้นก็ดี อันเขียน

๒๕. ชื่อทายกแล้วแล ไปใส่ในบาตชาวเจ้าแล้วหื้อเอาดั่งอั้นก็ดี เข้าฝูงนี้ย่อมชื่อว่าสลากภัตแล เจ้าตนถือบิณฑิบาตบ่ควรรับแล ฯ ๔ ปกฺขิกํ อันหนึ่ง ชื่อว่าเข้าปักขิกภัต คือเข้าอันคนหากแต่งไว้หื้อทานแก่สังฆะก็ดี ปุคคละก็ดี ในวันปักขสีลชุวันบ่ขาด เข้าอันนั้นชื่อปักขิกภัตแล เจ้าตนถือบิณฑิบาตบ่ควรรับแล ฯ ๕ อุโปสถิกํ อันหนึ่ง ชื่อว่าเข้าอุโปสถิกภัต คือเข้าอันคนหากมารักสาอุโปสถสีลแลเขาจักมาแต่งไว้กิน เขาบ่กินเอาไปหื้อทานแก่ชาวเจ้าชุปักขสีลดั่งอั้น เข้าอันนั้นชื่อว่าเข้าอุโปสถิกภัตแล เข้าอันคนแต่งไว้กับโรงอุโปสถก็ดี เข้าอันคนหากแต่งไว้หื้อแก่เจ้าตนสูดปาฏิโมกขะด้วยลำดับนั้นก็ดี เข้าฝูงนี้ก็ชื่อว่าอุโปสถิกภัตแล เจ้าตนถือบิณฑิบาตบ่ควรรับแล ฯ ๖ ปฏิปทิกํ อันหนึ่ง คือเข้าปฏิปทิกภัต คือเข้าอันคนหากแต่งไว้หื้อทานแก่ชาวเจ้าวันลุนวันสีลด้วยคำว่า ในวันสีลนั้นชาวเจ้าได้ลาภมากนักแล ในวันลุนวันสีลนั้นลาภสการแห่งชาวเจ้าจักได้ยากนักแล เราจักแต่งหื้อทานเทอะ ผู้ใดหื้อทานวันนั้นเสมอดั่งหื้อทานเมื่อเข้าแพงนั้นดีหลี

๒๖. คนทังหลายไว้ใจสันนี้แล้ว เขาแต่งไว้หื้อทานวันลุนวันสีลนั้นชุวัน เข้าอันนั้นชื่อว่าปฏิปทิกภัตแล เจ้าตนถือบิณฑิบาตบ่ควรรับแล ฯ ๗ อาคนฺตุกภตฺตํ อันหนึ่งชื่อว่าอาคันตุกภัต คือเข้าอันคนหากแต่งไว้หื้อทานแก่ชาวเจ้าฝูงมาใหม่นั้น เข้าอันนั้นชื่อว่าอาคันตุกภัตแล เจ้าตนถือบิณฑิบาตบ่ควรรับแล ฯ ๘ คมิกภตฺตํ อันหนึ่ง ชื่อคมิกภัต คือเข้าอันคนหากแต่งไว้หื้อทานแก่ชาวเจ้าฝูงจักเทียวทางนั้น เข้าอันนั้นชื่อว่าคมิกภัตแล เจ้าตนถือบิณฑิบาตบ่ควรรับแล ฯ อันนี้อาไสรเซิ่งเข้าอันเขามาแต่งไว้ในอาวาสนั้น ผิเข้าอันคนหากแต่งไว้หื้อทานในบ้าน เข้าชาวเจ้าไปบิณฑิบาตเขามาใส่บาตนั้นก็ยังควรรับเอาได้แลคือหื้อทาน ฯ ๙ คิลานภตฺตํ อันหนึ่ง คือเข้าคิลานภัต คือเข้าอันคนหากแต่งไว้หื้อทานแก่ชาวเจ้าฝูงเปนพยาธินั้น เข้าอันนั้นชื่อว่าคิลานภัตแล เจ้าตนถือบิณฑิบาตบ่ควรรับแล ฯ ๑๐

๒๗. คิลานุปฏฺฐากภตฺตํ อันหนึ่ง ชื่อเข้าคิลานุปัฏฐากภัต คือเข้าอันคนหากแต่งไว้หื้อทานแก่ชาวเจ้าฝูงอันอุปฐากผู้เปนพยาธินั้น เข้าอันนั้นชื่อคิลานุปัฏฐากภัตตแล เจ้าตนถือบิณฑิบาตบ่ควรรับแล ฯ ๑๑ วิหารภตฺตํ อันหนึ่ง ชื่อวิหารภัต คือเข้าอันคนนำมาหื้อกับกุฏิวิหารนั้น เข้าอันนั้นชื่อวิหารภัตแล เจ้าตนถือบิณฑิบาตบ่ควรรับแล ฯ ๑๒ ธุรภตฺตํ อันหนึ่ง ชื่อธุรภัต คือเข้าอันคนหากยินดีแลมาหื้อเที่ยงชุวัน เข้าอันนั้นชื่อธุรภัตแล เจ้าตนถือบิณฑิบาตบ่ควรรับแล ฯ ๑๓ วารภตฺตํ อันหนึ่ง ชื่อว่าวารภัต คือเข้าอันคนหากปันวานกันมาหื้อบ่ขาด เข้าอันนั้นชื่อว่าวารภัตแล เจ้าตนถือบิณฑิบาตบ่ควรรับแล ฯ ๑๔ เข้า ๑๔ จำพวกนี้ เจ้าตนถือปิณฑิปาติกังคะนั้นบ่ควรรับแล อันนี้อาไสรเซิ่งว่าบ่ไปบิณฑิบาตเท่าอยู่ในถ้ำรับเอาเข้าทังหลายฝูงนั้นสิ่งเดียวแล ผิว่าไปบิณฑิบาตมาแล้วเขาหากเอามาหื้อทานนั้น ผิหื้อช่างก็ยังควรสันแล ผิหื้อบ่ช่างก็บ่ควรสันแล หื้อช่างว่าดั่งรือชา ผิเขามาหื้อเข้าแล้วกล่าวว่าเจ้ากูจุ่งรับเอาภิกขาแห่งตูข้าทังหลายเทอะ ว่าภิกขาสันนั้นยังควรรับแล ผิเขากล่าวว่าเจ้ากูจุ่งรับเอาเข้าแห่งตูข้าเทอะ

๒๘. บ่ควรรับแล ผิเขาจักหื้อเข้า ๑๔ ผะการนี้ แก่เจ้าตนถือบิณฑิบาตนั้นแล เขามานิมนด้วยคำว่า เจ้ากูสังฆะจุ่งมารับเอาภิกขาหารแห่งตูข้าเทอะว่าอั้น เจ้าตนถือปิณฑิปาติกังคะนั้นก็ควรรับชุอันแล ผิเขานิมนบ่ช่างบ่ว่าสันนี้บ่ควรรับ บ่ดีแล ผิว่าหมากพูแลคิลานผะไจยาหยุกอันใดอันหนึ่ง อันคนหากหื้อแก่สังฆะก็ดี หื้อเปนสลากก็ดี เจ้าตนถือบิณฑิบาตนั้นรับได้ชุอันแล ผิว่าเข้าอันเขามาหื้อมาหุงที่นั้นแล้วหื้อทานดั่งอั้น เจ้าตนถือบิณฑิบาตก็ยังควรรับแล อันว่าเจ้าตนถือบิณฑิบาตนั้น แม่นว่าเข้า ๑๓ จำพวกมีเข้าอุเทสภัตตเปนต้นนั้นก็ดี เท่าเว้นเข้าสลากไว้ เข้าฝูงเหลือกว่านั้นอันใดอันหนึ่งก็ดี ผิคนกล่าวว่า ภตฺตํ คณฺหาถ เจ้ากูทังหลายจุ่งรับเอาเข้าอันแต่งหื้อทานแห่งข้าทังหลายเทอะ บ่ว่าหากกล่าวว่า ภิกฺขํ คณฺหาถ เจ้ากูทังหลายจุ่งรับเอาเข้าบิณฑิบาตแห่งข้าทังหลายเทอะว่าอั้น ก็ควรเอาชุอันแล ฯ อหฏภิกฺขํ เข้าบิณฑิบาตอันคนหากนำมาสู่วิหารแลหื้อแก่ภิกขุนั้นก็ดี ฝูงนี้ควรรับชุอันแล ฯ ส่วนอันว่าภิกขุตนถือวัตเอาเข้าบิณฑิบาตนี้มี ๓ ตนแล ตนถืออุกกัฏฐะนั้น เมื่อไปบิณฑิบาตนั้น เข้าอันเขานำมาแต่ปตู(ประตู)อันบ่ทันเถิงเทื่อนั้น มาหื้อรับเอาก็ได้แล เข้าอันคนนำมาแต่ปตู(ประตู)บ้านอันหลังแลมาตาม

๒๙. ทวยใส่บาตนั้นรับก็ได้แล ยืนอยู่ปตู(ประตู)บ้านเขานำเอาบาตไปใส่เข้ามาน้อมหื้อดั่งอั้น ก็ยังควรหื้อบาตแก่เขาแล แม่นถอยหลังมาแล้วเขาเอาเข้ามาตามทวยหื้อก็ยังควรรับแล ผิเท่าอยู่ในอาวาสถ้ารับเอาเข้าอันคนหากนำมาส่งบ่ไปบิณฑิบาตดั่งอันบ่ควร วัตขาดแล หื้อไปชุวันแท้ดีหลีอย่าค้านเทอะ ฯ เจ้าตนถือถ้านมัชฌิมะนั้น แม่นคนหากนิมนต์หื้อรับภิกขาในวันนั้น ผิจักหื้อยั้งอยู่ในวันนั้นก็ยั้งได้วันเดียวนั้นแล มักว่านิมน(ต์)หื้อรับ รับวันลุนบ่ได้แล ฯ เจ้าตนถือมุทุโตนั้น แม่นหากนิมน(ต์)วันนี้หื้อไปรับเอาพรุก(พรุ่ง)ก็ยังได้แล ฯ อันว่าเจ้าตนถือปิณฑิปาติกังคะ ๓ ตนนี้ บ่ควรรับเอาเข้าอติเลกลาภ ๑๔ จำพวก เปนต้นว่าสลากภัตตนั้น คันรับเมื่อใดธุตังควัตก็ขาดเสียเมื่อนั้นแล เท่าควรไปบิณฑิบาตสิ่งเดียวแล ฯ เมื่อจักไปจระเดินเอาเข้าบิณฑิบาตนั้น หื้อเอาน้ำควาดบาตแล้ว คุมผ้าสังฆาฏิสอกคะดุมผ้าแล้วนั้น หย่องมือทัง ๒ ถือบาตแล้ว สมาทานเอาวัตอันจระเดินบิณฑิบาตว่า อยนฺตานิ โข สาสพฺพญฺญูพุทฺธปจฺเจกพุทฺธพุทฺธสาวเกหิ ปฏิปนฺนา อิมํ เนกฺขมปฏิปทํ ปูเรสึ ปูเรสฺสามิ ฯ อิมายปฏิปทาย ชาติ

๓๐. ชรา พยาธิ มรณ ทุกฺขมฺหา ปริมุญฺจิสฺสามิ ดั่งนี้แล้ว เอาบาตห้อยบ่าแล้ว เข้าไปสู่บ้านอันเปนที่โคจรคาม เยียะดีเยียะงามตามเสขิยวัตชุอันเทอะ เมื่อออกจากเสนาสนะไปสู่บ้านนั้น หื้อกทำนมสิการกัมมัฏฐานไป มักว่าหื้อร่ำเพิงพุทธคุณสิบดวงคือว่า โส ภควา อรหํ อิติปิ เปนต้น มี โส ภควาอิติปิ เปนที่สุดแล้ว หื้อร่ำเพิงพุทธคุณสิบดวงฝูงนี้ ดวงใดดวงหนึ่งไปไจ้ ๆ แล คันบ่ร่ำเพิงพุทธคุณ หื้อร่ำเพิงลักขณะทัง ๓ คือว่า นามรูปํ อนิจฺจํ นามรูปํ ทุกฺขํ นามรูปํ อนตฺตา หื้อร่ำเพิงลักขณะทัง ๓ นี้อันใดอันหนึ่งไปไจ้ ๆ เทอะ ฯ เมื่อเข้าไปในบ้านนั้น หื้อร่ำเพิงเมตตาว่า สพฺเพ สตฺตา สุขีตา โหนฺตุ ไปไจ้ ๆ เมื่อเถิงเรือนนั้นหื้อยืนอยู่ทัดปตู(ประตู)เรือน อย่าไกลเรือนเช่น อย่าใกล้เรือนเช่น อย่ารีบหนีเช่น อย่านานเช่นเมื่อคนเอาเข้ามาใส่บาตนั้น หื้อร่ำเพิงปัจจเวกขณะว่า ยถาปจฺจยํ ปวตมานํ ธาตุมตฺตเมเวตํยทิทํ ปิณฺฑิปาโต ดั่งนี้แล้ว ฯ หื้อร่ำเพิงอนุโมทนาว่า อิมินา ทายกา สุขิตา โหนฺตุ สกปฺปโว สมิชฺฌนฺตุดั่งนี้ ทุกแห่งเทอะเมื่อได้เข้าแล้วถอยออกมาจากบ้าน

๓๑. มาสู่เสนาสนะนั้น ก็ควรร่ำเพิงกัมมัฏฐานมาด้วยไนยะดั่งเมื่อไปสู่บ้านนั้นแล ฯ ภิกขุตนถือวัตเอาเข้าบิณฑิบาต ๓ ตนนี้ คันรับเอาเข้าอติเรกลาภ ๑๔ จำพวก มีเข้าสังฆภัตเปนต้นอันใด

อันหนึ่ง ยามใดวัตก็แตกม้างเสียยามนั้นแล ฯ ส่วนอันว่าอานิสงแห่งอันเอาเข้าบิณฑิบาตเพิงรู้สันนี้เทอะ ภิกขุตนถือวัตอันเอาเข้าบิณฑิบาตนั้น นิสฺสายานุรูปปฏิปนฺโน ได้ปฏิบัตอันควรแก่นิไสยอันกล่าวว่า ปิณฺฑิยา โลปโภชนํ นิสฺสาย ปพฺพชฺชา นั้นแล ๑ ฯ ทุติเย อริยวํเส ปติฏฺฐานํ ได้ตั้งอยู่ในอริยวังสะอันถ้วน ๒ นั้นแล ๒ ฯ เสขิยปติปตฺติปุรานํ ได้พ่ำเพงปฏิบัตเสขิยวัตแล ๓ ฯ มานปตานํ ได้ละเสียยังมานะแล ๔ ฯ ลาภโลลุปฺปหานํ ได้ละเสียยังตัณหาอันโลภในลาภะแล ๕ ฯ ลาภนิกนฺติวิโนทนํ ได้บันเทาเสียยังตัณหาอันกัตติยินดีเซิ่งลาภะแล ๖ ฯ ลาภมจฺเฉรปหานํ ได้ละเสียยังความถะหนี่ในลาภะแล ๗ ฯ ปริสุทฺธาชีโว มีชีวิตอันบัวริสุทธ์แล ๘ ฯ สมฺมาปฏิปตฺติพฺรูหานํ ได้จำเริญวัตปฏิบัตอันดี ๙ ฯ อปิจฺจตาทินํ อนุโลมวุตฺติ มีกริยาอันตั้งอยู่ตามคุณอัน

๓๒. มือปิจฉตาเปนต้นแล ๑๐ ฯ อันหนึ่ง บ่มีหื้อผู้อื่นเลี้ยงยากแล ๑๑ ฯ อันหนึ่งก็เรียกว่าได้ขุณณา(กรุณา)แห่งปริสัตแล ๑๒ ฯ เทโวปิ แม่นอันว่าเทวดาทังหลายก็ใฝ่มักยังภิกขุตนบ่อาไสรเซิ่งลาภสการสิโลก อันหันมาปานสันนั้นแล ฯ เหตุดั่งอั้นภิกขุตนมีผะหยาควรถือยังวัต อันเอาเข้าบิณฑิบาตนั้นแล ปิณฑิปาติคังค สมัตตา ฯ โยคาวจรตนจักถือวัตอันชื่อ สปทานจาริกังค นั้น เมื่อจักสมาทานเอาว่าสันนี้ ฯ โลลุปฺปจารํ ปฏิกฺขิปามิ ๓ ที ฯ สปทานจาริกงฺคํ สมาทิยามิ ๓ ที ฯ ๒ บทนี้ว่าอันใดก็ดีว่าทัง ๒ ก็ดีแล คันได้สมาทานเอาแล้วสันนั้น เมื่อไปบิณฑิบาตนั้น หื้อล่ำดับปตู(ประตู)เรือนไปอย่าเว้นสักแห่งเทอะ เมื่อไปบิณฑิบาตนั้น หื้อยืนอยู่แทบปตู(ประตู)บ้านแล้ว หื้อพิจารณาดูยังกังวลอนตราย(อันตราย)แต่สิ่งมีต้นว่า หมาว้อแลช้างมล้างัวควายร้ายชุอัน อันจักมาต้อนในหนทางหวนจักมีกังวลอนตราย(อันตราย)หื้อเว้นไปทางอื่นบ่เสียวัตเลย ผิบ่มีอนตราย(อันตราย)อันใดแลแส้งเว้นดั่งอั้นบ่ดีแล ฯ ในหนทางอันใดก็ดี ในปตู(ประตู)บ้านอันใดก็ดี บ่ได้เข้าบิณฑิบาตหื้อหยืนอยู่ดั่งอั้น หื้อใส่ใจว่าบ่ใช่บ้านบ่ใช่เรือนแล้ว ข้ามล่วงไปที่อื่น ควรแล ผิว่าบ้านอันใดหนทางอันใดก็ดีเรือนอันใดก็ดี –

๓๓. ยังได้เข้าสะเหลกสน่อยบ่ควรเว้นแล ก็ยังเพิงอยู่ที่นั้นแล ผิบ่ได้สักคาบนั้นเว้นเสียควรแล เจ้าตนถือสปทานจริกังควัต เมื่อไปบิณฑิบาตหื้อแวนเช้า มักว่าที่ใดบ่สัปปายะหื้อเว้นเสียไปที่อื่น ที่ใดยังสัปปายะก็หื้อไปในที่นั้น ด้วยล่ำดับอย่าเว้นสักแห่งเทอะ ผิว่าคนจักมาหื้อทานในวิหารแลบ่ทันรอดเทื่อ จวบเจ้าตนถือสปทาจริกังควัตในหนทางขอเอาบาตดั่งอั้น แม่นหื้อบาต วัตก็บ่ขาดเลย แม่นไปเทียวทางนอนที่ใด บ่ใช่บ้านจิ่งไปเถิงบ้านเมื่อลุนดั่งอั้น ผิว่ายังควรกาลบิณฑิบาตก็เพิงไปบิณฑิบาตดาย อย่าเว้นเสียเลย แม่นไปหากบ่ได้ก็ดี ได้หน้อยก็ดี เพิงไปด้วยล่ำดับปตู(ประตู)เรือนแล อันว่าเจ้าตนถือสปทาจริกังควัตนั้น ก็ยังมี ๓ จำพวกคือว่า อุกกัฏโฐแล มัชฌิโมแล มุทุโตแล ตนถืออุกกัฏโฐนั้นเมื่อไปบิณฑิบาตนั้นสับเพราะเซิ่งปตู(ประตู)บ้านปตู(ประตู)เรือนอันใด ก็เท่ารับเข้าในปตู(ประตู)บ้านปตู(ประตู)เรือนอันนั้นแล แม่นคนนำเอาเข้ามาแต่ปตู(ประตู)เรือนพายหน้าต้อนใส่ก็บ่รับได้แล แม่นคนหากนำเอาเข้ามาแต่ปตู(ประตู)บ้านปตู(ประตู)เรือน อันล่วงพายหลังนั้นมาตามทวยใส่ก็บ่รับได้แล แม่นถอยหลังคืนมาจากปตู(ประตู)บ้านนั้นแลเขาบ่ทันใส่เทื่อ พ้อยจิ่งมาตามทวยใส่เมื่อพายลุนถอยออกมาแล้วรับก็บ่ได้แล

๓๔. อันว่าเจ้าตนถือสปาทจริกังควัตชื่อมัชฌิโมนั้น ไปยืนอยู่แทบปตู(ประตู)บ้านอันนั้นคนมาขอเอาบาตไปใส่เข้ามาหื้อดั่งอั้น ก็ยังควรหื้อบาตแก่เขาแล ฯ อันว่าทรงธุตังควัตอันนี้จักเสมอดั่งมหากัสสปเถรเจ้าบ่มีสักตนแล เหตุว่าวัตอันนี้กทำยากนักแล ฯ เจ้าตนเสมอดั่งเจ้าตนถือปิณฑิปาติกังควัตอันเปนอุกกัฏฐะนั้นดีหลีแล เจ้าตนถือมุทุโตนั้น แม่นเขานิมนหื้ออยู่รับเข้าวันนั้นก็ยังได้แลวันลุนบ่

ได้แล ฯ เจ้าตนนี้เสมอดั่งเจ้าตนถือปิณฑิปาติกังควัตอันชื่อมัชฌิโมนั้นแล ฯ เจ้าตนถือสปทานจริกังควัตนั้น คันว่าบังเกิดใจอันโลภล่วงปตู(ประตู)บ้านปตู(ประตู)เรือนไปเมื่อใดวัตก็ขาดเสียเมื่อนั้นแล อันนี้หื้อรู้วิธีอันกทำแล ฯ ส่วนอันว่าอานิสงแห่งวัตอันจระเดินบิณฑิบาตด้วยลำดับปตู(ประตู)เรือนเพิงรู้สันนี้เทอะ อาหาโรลุปหานํ ได้ละเสียยังตัณหาอันโลภในอาหาร ๑ ฯ อาหารนิกนฺติ วิโนทนํ ได้บันเทาเสียยังตัณหาอันกัตติรักในอาหาร ๑ ฯ กุลโลลุปฺปหานํ ได้ละเสียยังตัณหาอันโลภในขะกูล ๑ ฯ กุลมจฺเฉรปหานํ ได้ละเสียยังความถะหนี่ในขะกูลอุปัฏฐาก ๑ ฯ จนฺโท วิย สมานุกมฺปนํ ได้อิณดูขะกูลทังหลายเสมอกันเหมือนดั่งพระจันนั้น ฯ กุลุปกาทิ

๓๕. นวาภาโว หาโทสบ่ได้มีต้นว่า หาปลิโพธิอันกทำหื้อเปนอุปการแต่ขะกูลทังหลายบ่ได้แล ฯ สมฺมาปฏิปตฺติพฺรูหานํ ได้จำเริญวัตปฏิบัตอันดีมี อัปปิจตาทินังอนุโลมวุตฺติ มีกริยาอันตั้งอยู่เปนตามคุณอันดีมีอัปปิจจตาเปนต้นแล ฯ สนฺติเกนิพฺพานํ อันหนึ่ง เปนที่ใกล้แห่งนิพพานเจ้าแล ฯ เหตุดั่งอั้นเจ้าภิกขุตนมีผะหยาควรถือวัตอันจระเดินบิณฑิบาตรลำดับปตู(ประตู)เรือนนั้นแล สปทาจริกงฺคสมตฺตํ ฯ โยคาวจรตนจักถือวัตอันชื่อว่าเอกาสนิกังคะนั้น เมื่อจักสมาทานเอาวัตว่าสันนี้ ฯ นานาสนโภชนํ ปฏิขิปฺปามิ ๓ ที ฯ เอกาสนิกังคัง สมาทิยามิ ๓ ที ฯ ๒ คำนี้ว่าอันใดก็ดี ว่าทัง ๒ ก็ดีแล ฯ คันว่าสมาทานเอาวัตแล้วนั้น วัตอันสันเข้าคาบเดียวนั้น ก็ขึ้นแก่ภิกขุตนสมาทานเอานั้นแล ฯ ส่วนภิกขุตนถือวัตอันสันเข้าคาบเดียวนั้น บ่ควรสันโภชนะหลายคาบ เท่าควรสันโภชนะละวันละคาบแล ส่วนโภชนะมี ๕ ผะการ คือว่า โอทโน เข้าอันเปนปักกติคือเข้าอันบ่ม้างเมดเสีย ๑, สตฺุ เข้าสะตูคือเข้าอันม้างเมดเสียแล้วกทำเปนก้อนก็ดี เปนแผ่นก็ดี เปนเส้นก็ดี ๒, กุมมาโต เข้าหนมถั่วคือแป้งอั่วแลหมากถั่ว ๑ , มัจโฉ ปา ๑

๓๖. มังสัง ชิ้น ๑ โภชนะ ๕ ผะการนี้แล ฯ ของกินทังมวรอันเหลือกว่าโภชนะ ๕ ผะการอันคนหากกินเปนของโภชนะเปนต้นว่า หมาก เหมี้ยง ชื่อขาทนิยะแล โภชนะขาทนิยะ คือของกินอันเปนรากหัวหน่อลำเปือกใบยอดดอกลูกทังมวรฝูงนี้ ภิกขุตนถือวัตอันสันเข้าคาบเดียวนั้น ควรกินอันนั้นขณะเดียวนั้น บ่ควรกินในขณะอันนั้นต่างขณะแล มักว่านั่งกินโภชนะ ๕ ผะการอันใดอันหนึ่งแล้วแล ลุกจากที่นั้นแล้วบ่ควรคืนกินโภชนะ ๕ ผะการ อันใดอันหนึ่งเล่า แม่นจิ่งได้สันคำเดียวแลได้ลุกจากที่นั้น ก็ลวดบ่ควรคืนมาสันเข้าพอ ๒ คำแล เหตุดั่งอั้นเมื่อจักสันเข้าในโรงสันนั้น หื้อแยงดูที่นั่งอันควรแก่ตนแล อย่านั่งที่อันตนแก่กว่าตนจักมานั่งนั้น เมื่อตนแก่มาจักลุกง่ายพิกง่าย หื้อเยงดูว่าที่นี้ควรเถิงแก่กูแล คันกูนั่งสันเข้าที่นั่งอันนี้ บ่อิ่มเทื่อ บ่หล้างจักได้ลุกชะแล หื้อรู้ที่อันควรนั่งแก่ตนสันนี้แล้ว เยียะนั่งสันเข้าเทอะ มักว่าคันลุกจากที่นั่งบ่ดีแล เมื่อยังนั่งสันเข้าอยู่อุปัชฌาย์แห่งตนมารอดดั่งอั้น ก็เพิงลุกไปกทำวัตแก่อุปัชฌาย์อาจารย์แห่งตนแล ผิบ่ลุกไปกทำวัตได้อาบัตทุกกฏแล คันได้ลุกจากที่นั่งแล้วบ่ควรคืนกินโภชนะ ๕ ผะการอันใดอันหนึ่งเล่าแล แม่นบ่อิ่มก็บ่ควรกินแถมแล ฯ เจ้าตนถือ

๓๗. เอกาสนิกังควัตนั้นก็มี ๓ จำพวก คือว่า อุกกัฏโฐ มัชฌิโม มุทุโต แล ตนอุกกัฏโฐนั้นเมื่อจักสันเข้าผิแต่งเข้าน้ำโภชนะอาหารใส่ในบาตแล้ววางมือลงในบาตว่าจักสันดั่งอั้น แต่นั้นเมือหน้าจักเอาอันใหม่ใส่แถมบ่ได้แล้วมีน้อยก็ดีมากก็ดี ก็กินโภชนะอันนั้นสิ่งเดียวบ่เอาโภชนะอันอื่นอันท่านมาแถมหื้อเมื่อลุนนั้นแล ฯ ผิว่าคนทังหลายหันอาหารบ่มี เขาว่ามหาเถรเจ้าบ่ได้อาหารดายว่าอั้น เขาพ้อยเอาน้ำสัปปิ น้ำเผิ้ง น้ำอ้อยมาทานดั่งอั้น ผิจักรับก็ควรหื้อเปนยาเทอะ อย่ารับเปนอาหารบ่ดีแล ฯ ตนถือมัชฌิโม ถราบใดเข้ายังบาตบ่เสี้ยง ผิจักมักเอาใหม่ใส่แถมก็ยังได้ถราบนั้นแล คันเข้าในบาตตน

เสี้ยงแล้ว บ่เอาโภชนะอันท่านมาแถมเมื่อลุนนั้นแล เจ้าตนถือวัตอันนี้ชื่อโภชนปริยันติแล ฯ ภิกขุตนมุทุโตนั้น ถราบใดบ่ลุกจากที่นั่งนั้น แม่นจักเอาเข้าแลอาหารใหม่ใส่แถมเมื่อลุนเท่าใดก็ยังได้แล ฯ เกจิวา ถราบใดบ่ล้างบาต แม่นจักเอาอาหารใหม่ใส่แถมก็ยังได้ อันนี้หื้อรู้วิธีอันกทำแล ฯ ส่วนอันว่าภิกขุอันถือวัตสันเข้าคาบเดียว ๓ ตนนี้ คันกินโภชนะ ๕ ผะการอันใดอันหนึ่งแล้วแล ลุกจากที่นั่งบ่ควรคืนกินโภชนะ ๕ ผะการอันใดอันหนึ่งเล่า คันคืนกิน

๓๘. ยังโภชนะ ๕ ผะการอันใดอันหนึ่งยามใดวัตก็แตกม้างเสียยามนั้นแล ฯ พันดั่งอานิสงเพิงรู้สันนี้ เจ้าตนถือวัตชื่อเอกาสนิกังควัตสันเข้าคาบเดียวนั้น สุภโล เลี้ยงตนง่ายแล, อปฺปพาโธ บ่มีพยาธิมากแล, สลฺลหุกวุตฺติ มีกริยาอันตั้งอยู่เบาเนื้อเบาตัวอยู่สำรานใจแล ฯ อันหนึ่ง ก็หาอาบัตอันชื่อว่าอนติริตตังบ่ได้แล, โภชนนิกนฺติ วิโนทนํ ได้บันเทาเสียยังตัณหาอันกติรักในรสโภชนะเสียเปนตามอันมากน้อยแล, อปฺปมิทฺโธ บ่มีความง่วงเหงาเมาหลับมากแล , ปญฺญาวุฑฺฒิ จำเริญด้วยผะหยาแล, โภชนโลลุปฺปหานํ ได้ละเสียยังตัณหาอันโลภในโภชนะแล, อปฺปกิจฺโจ บ่มีกิจจะมากแล, อปฺปิจฺตฺตาทนํ อนุโลมวุตฺติ มีกริยาอันตั้งอยู่เปนตามคุณอันดีมีอัปปิจัตตาเปนต้นแล อันหนึ่ง ก็เปนเหตุใกล้นิพพานแล ฯ เหตุดั่งอั้น ภิกขุตนมีผะหยาควรถือวัตอันสันเข้าคาบเดียวนั้นแล เอกาสนิกงฺคสมตฺตํ ฯ โยคาวจรจักถือธุตังควัตอันชื่อปัตตปิณฑิปาติกังคนั้น เมื่อจักสมาทานเอาวัตหื้อว่า ทุติยภาชนํ ปฏิกฺขิปามิ ๓ ที ฯ ปตฺตปิณฺฑิปาติกงฺคํ สมาทิยามิ ๓ ที ฯ ๒ บทนี้

๓๙. ว่าอันใดก็ดี ว่าทัง ๒ ก็ดี ฯ คันสมาทานเอาวัตสันนี้แล้ว วัตอันสันเข้าในบาตก็ขึ้นแก่ภิกขุตนนั้นแล ฯ จักสันเข้าในภาชนะ ๒ อันบ่ได้แล เท่าใส่ในบาตหั้นสิ่งเดียวแล เมื่อไปบิณฑิบาตได้เข้ายาคู ไทว่าเข้าเปอะอันเหลวนั้น อันคนหากหื้อเอาแล้วสันนั้น ก็หื้อดูดกินเข้ายาคูนั้นก่อนเสี้ยงแล้วเยียะใส่อาหารการควรกินในบาตเมื่อลุนกินเทอะ ผิบ่อั้นก็กินโภชนะอาหารก่อนแล้ว เยียะดูดกินเข้ายาคูเมื่อลุนก็ดีดาย ผิเขาหากเอาเข้ายาคูกับทังอันบูดอันเหมนสิ่งมีต้นว่า ขี้ปาเน่ามาใส่บาตที่เดียวแลมาหื้อดั่งอั้น ผิหวนจักสันได้แลบ่กั้วเกล้ากันปุนกิเลียดดั่งอั้นก็กทำเทอะ อันนี้อาไสร(ศัย)เซิ่งอาหารอันกิเลียดแล ผิอาหารบ่กิเลียดเปนต้นว่า น้ำเผิ้ง น้ำอ้อยนั้นก็หื้อใส่ในบาตด้วยกันที่เดียวแล้วสันก็ดีแล ฯ ผิอาหารบ่เสมอกัน พร่อง(ภ่อง)ส้ม พร่อง(ภ่อง)หวานดั่งอั้น ก็หื้อเกบใส่ในบาตหั้นละอันละขอกสันอันหนึ่งก่อนแล้ว สันอันหนึ่งเล่าก็ดีดาย ผิบ่อั้นก็หื้อเอาอันหวานดั่งกันใส่สันก่อน คันสันแล้วเยียะเอาอันส้มใส่สันเล่าก็ดีดาย เท่าอย่าหื้อเข้าในบาตนั้นเสี้ยง ถราบใดเข้าในบาตบ่เสี้ยง เอาอาหารใส่แถมไว้ก็ดีดาย เมื่อจักสันนั้นหื้อเลือก

๔๐. เอาเข้าน้ำโภชนะอาหารใส่หวนพอสันอิ่ม อย่าหื้อมากกว่าเช่น คันเหลือหาผู้จักกินซากบ่ได้ชา ผิจักมักสันผักอันดิบมีต้นว่า หอมบั่ว ผักกลาด คอมค่อ สะเลียม นั้นหื้อถือด้วยมือเบื้องหนึ่งแล้วสันก็ดีแล ผิบ่ถือด้วยมือดั่งอั้นจักใส่ในบาตก็ซ้ำดีแล ผิจักใส่ถ้วยใส่ใบตองใส่ภาชนะอันใดอันหนึ่งบ่ดีสักอันแล ผิว่าคนหากเอาหมากพ้าวมาหื้อทังหน่วย จักมักใคร่กินก็เอาใส่ในบาตทังหน่วยนั้น ค่อยเอาออกดูดกินดั่งอั้น ผิบ่อั้นก็เหง่น(ริน)น้ำพ้าวใส่ในบาตแล้วดูดกินก็ดีแล เกจิอาจารย์ลางพร่องว่าไว้นอกบาตหั้น จักกินก็เยียะดูดว่าอั้น บ่ดีอย่าเยียะเทอะ ลางพร่องว่าหื้อคระโยมเหง่นใส่น้ำต้นมาว่าน้ำจิงดายว่าอั้นแล้วกินบ่ดีแล กทำเปนกลหกะสันนั้นอย่าเยียะเทอะ อันว่าเจ้าตนถือปัตตปิณฑิปาติกังคะนั้น ก็ยังมี ๓ จำพวก คือว่าอุกกัฏโฐ มัชฌิโม มุทุโต แล ตนอุกกัฏโฐนั้น เมื่อจักสันเข้าหากได้จวบเหยื้อหยากก็ดี ดูกแลกล้างปาในปากแห่งตนจักรีบเอาออกเสียบ่ได้เทื่อ แม่นว่าได้เคี้ยว เคี้ยวบ่

ได้ ก็ค่อยอมไว้ในแก้มเบื้องหนึ่งก่อน คันสันเข้าแล้วค่อยหื้อออกเสียกับด้วยน้ำบ้วนปากเทอะ ผิว่าจวบเหยื้อหยากกล้างดูกในบาตก็ดี จักรีบเอาออกเสียก็บ่ได้

๔๑. หื้อเหยียดไว้ข้างบาตเบื้องหนึ่งก่อน สันเข้าแล้วล้างบาตถอกตกไปกับด้วยน้ำนั้นเทอะ เมื่อกินอ้อยนั้น เท่าควรเคี้ยวกินกล้ำหนึ่งแล้วซัดเหยื้อเสียแล เท่าดีอันเดียวนี้แล อันอื่นกว่านี้บ่ดีเลย เมื่อจักกัดชิ้นเนื้อตัวปาอาหารบ่ได้ แม่นเข้าต้มเข้าหนมก็บ่ได้ ใส่ปากได้เท่าใดก็ได้กินเท่านั้น คันใหญ่คับปากเสียบ่ได้กินแล บ่ควรม้างก่อนเข้าแลชิ้นปาด้วยมือด้วยเขี้ยวแลกินแล ฯ ตนมัชฌิโมนั้น เมื่อสันเข้านั้นแม่นจวบดูกแลกล้างปลาเอาออกเสียก็ยังได้แล อาหารอันใดเหลือปากจักกัดกินบ่ได้ เท่าหื้อสีกด้วยมือเบื้องหนึ่ง กินก็ได้แล ยังควรม้างก่อนเข้าแลชิ้นปาด้วยมือกล้ำเดียวแลกินแล เจ้าตนนี้ชื่อหัตโถโยคีแล ฯ เจ้าตนมุทุโตนั้นเ เมื่อสันเข้านั้น ผิจวบดูกแลกล้างปาเอาออกเสียก็ได้ เหลือปากเสียหื้อถือด้วยมือเบื้องหนึ่ง กัดกินด้วยเขี้ยวก็ยังได้ เท่าหื้อสีกด้วยมือเบื้องหนึ่ง กินก็ยังได้แล ม้างก่อนเข้าแลชิ้นปาด้วยมือทัง ๒ แลเขี้ยวกินก็ยังควรแล เจ้าตนนี้ชื่อปัตตโยคีแล ฯ ส่วนอันว่าเจ้าตนถือปัตตปิณฑิปาติกังคะ คันว่ายินดีด้วยอันกินในภาชนะถ้วน ๒ เมื่อใด ธุตังควัตก็ขาดเสียเมื่อนั้นแล อันนี้หื้อรู้วิธีอันกทำแล ฯ พันอานิสง

๔๒. เพิงรู้สันนี้ เจ้าตนถือปัตตปิณฑิปาติกังคะนั้น นานารสโภชนโลลุปฺปหานํ ได้ละเสียยังตัณหาอันโลภในโภชนะรสต่าง ๆ แล, รสตณฺหาวิโนทนํ ได้บันเทาเสียยังตัณหาอันกัดติมักในอารัมมณะ , ภาชนานภาชนลุปฺปหานํ ได้ละเสียยังตัณหาอันโลภในภาชนะอันใหญ่อันน้อย, ภาชนาปลิโพธาภาโวหาปลิโพธิในภาชนะบ่ได้, โภชนาวิขิตฺติจิตฺโต มีใจบ่ฟุ้งซ่านในอันกินเข้า, อปฺปกิจฺโจ บ่มีกิจจอันมาก, สลฺเลหุกวุตฺติ มีกริยาอันตั้งอยู่เปนอันเบา, อปฺปิจฺตตาทินํ อนุโลมวุตฺติ มีกริยาอันตั้งอยู่เปนตามคุณอันดีมีอัปปิจัตตาเปนต้นแล อันหนึ่งก็เปนที่ใกล้แห่งนิพพานเจ้าแล ฯ เหตุดั่งอั้นภิกขุตนมีผะหยาควรถือยังวัตอันสันเข้าในบาตนั้นแล ฯ ปตฺตปิณฺฑิปาติกงฺคสมตฺตํ ฯ โยคาวจรจักถือวัตชื่อขลุปัจฉาภัตติกังคะนั้น เมื่อจักสมาทานเอาวัตหื้อว่าสันนี้ ฯ อติริตฺตโภชนํ ปฏิกฺขิปามิ ๓ ที ฯ ขลุปจฺฉาภตฺติกงฺคํ สมาทิยา

๔๓. มิ ๓ ที ฯ ๒ บทนี้ว่าอันใดก็ดีว่าทัง ๒ ก็ดีแล ฯ วัตอันนี้ดั่งรือ(ฤ)แลได้ชื่อว่าขลุปัจฉาภัตติกังคะนั้นชา กิร ดั่งจักรู้มานี้ ยังมีนกตัวหนึ่ง ชื่อขลุ นกตัวนั้นคันคาบลูกไม้ได้ผะโยชนะเพื่อจักกินดั่งอั้น คันลูกไม้ลูกนั้นหลุดจากปากตกไปดั่งอั้น ในวันนั้นลวดบ่กินอาหารอันอื่นกว่านั้นแถมแล ฯ เจ้าตนถือวัตอันนี้ก็เสมอดั่งนกนั้นแล ฯ เหตุดั่งอั้น วัตอันนี้ชื่อขลุปัจฉาภัตติกังคะเพื่อหื้อเหมือนนกตัวนั้นแล ฯ คันสมาทานเอาวัตแล้ว เมื่อจักสันเข้านั้น อันทายกผู้ใดผู้หนึ่งหากเอาเข้าน้ำโภชนะอาหารมาจักแถมดั่งอั้น เจ้าตนชื่อขลุปัจฉาภัตติกังคะนั้น ได้ห้ามเสียว่าอาหารเท่านี้พอ เราสันแล้วแล อย่าแถมเทอะ คันห้ามแล้วสันนั้น คันจักกินเมื่อพายลุนก็บ่ได้แล ฯ อันว่าเจ้าตนถือขลุปัจฉาภัตติกังคะนั้น ก็ยังมี ๓ จำพวก คืออุกกัฏโฐ มัชฌิโม มุทุโต สันนี้แล ฯ ตนอุกกัฏโฐนั้น เมื่อผ้งสันเข้าแม่นจิ่งใส่ปากคำเดียวหนึ่ง เขาเอาเข้าน้ำโภชนะอาหารมาแถมหื้อ เจ้าตนนั้นได้ห้ามเสียว่า อย่าแถมเทอะว่าอั้นในวันนั้นก็เท่าได้กินคำเดียวอันใส่ปากแล้วนั้นแล จักกินแถมคำก็บ่ได้แล ผิมาเมื่อบ่ทันใส่ปากสักคำเทื่อบ่

๔๔. เปนสังเลย ฯ ตนมัชฌิโม เมื่อจักสันเข้านั้น ได้เข้าน้ำโภชนะอาหารใส่บาตมากก็ดีน้อยก็ดีจักดาสันดั่งอั้น ผู้หนึ่งหากเอาเข้าน้ำโภชนะอาหารมาแถมนั้น เจ้าตนนั้นพ้อยห้ามเสียว่าอย่าแถมเทอะว่าอั้นแล้ว ในวันนั้นก็เท่าได้กินแต่อันใส่ในบาตแล้วนั้นแล จักเอาอันใหม่ใส่แถมบ่ได้แล ผิบ่ห้ามก็ยังได้แล ฯ เจ้าตนมุทุโตนั้น ถราบใดแลบ่ลุกจากที่นั่งตน ยังค่อยสันถราบนั้นก่อนแล คันลุกจาก

ที่นั่งแล้วนั้น จักสันแถมเล่าบ่ได้แล ฯ อันว่าเจ้าตนถือขลุปัจฉาภัตติกังคะนั้น คันได้ห้ามเข้าเสียแล้ว พ้อยจักใคร่สันลุนนั้นบ่ได้แล แม่นจักกทำหื้อเปนอติริตตะด้วยคำว่า อลเมตํ สพฺพํ นั้นแล้วจักสันเล่าก็บ่ได้แล อันนี้หื้อรู้วิธีอันกทำแล ฯ พันอานิสงแห่งวัตอันบ่สันเข้าเมื่อลุนเข้า เพิงรู้สันนี้เทอะ ภิกขุตนถือวัตอันชื่อขลุปัจฉาภัตติกังควัตนั้นแล โลลุปฺปหานํ ได้ละเสียยังตัณหาอันโลภในโภชนะ, โภชนนิกนฺติวิโนทนํ ได้บันเทาเสียยังตัณหาอันกัตติรักโภชนะ, ตณฺหาย อารมฺมณปฏิหานนํ ได้กั้งบังเสียยังอารัมมณะแห่งตัณหา, ตณฺหาปริหายนํ มีตัณหาหาก

๔๕. ถ่อยเสีย, โภชนปลิโพธาภาโว หาปลิโพธิในโภชนะบ่ได้, อปฺปิจฺจตาทินํ อนุโลมวุตฺติ มีกริยาอันตั้งอยู่เปนตามคุณอันดีมีอัปปิจัตตาเปนต้นแล ฯ อันหนึ่ง ผาสะจากอาบัตอันเกิดแต่อนติริตตสิกขาบท อันหนึ่ง มีสภาวะเลี้ยงง่าย อันหนึ่ง ก็บ่ได้สันนิธิอาหารอันจักกินเมื่อลุน อันหนึ่ง มีสภาวะอันเปนตามมักน้อย อันหนึ่ง ก็เปนเหตุอันใกล้นิพพานเจ้าแล ฯ เหตุดั่งอั้นภิกขุตนมีผะหยาควรถือยังวัตอันบ่สันเข้าเมื่อลุนเข้านั้นแล ขลุปจฺฉาภตฺติสมตฺตํ ฯ โยคาวจรตนจักถือธุตังควัตอันชื่ออรัญญิกังคะนั้น เมื่อจักสมาทานเอาวัตหื้อว่า คามนฺตเสนาสนํ ปฏิกฺขิปามิ ๓ ที ฯ อรญฺญิกงฺคํ สมาทิยามิ ๓ ที ฯ ๒ บทนี้ว่าอันใดก็ดี ว่าทัง ๒ ก็ดีแล ฯ คันว่าสมาทานสันนี้แล้ว วัตอันอยู่ป่านั้นก็ขึ้นแก่ภิกขุตนสมาทานนั้นแล คันสมาทานเอาวัตสันนั้นแล้วบ่ควรอยู่เสนาสนะมีที่จิ่มใกล้บ้าน หื้อไปอยู่ป่าจิ่งดีดาย ฯ ผะหมานดั่งรือชื่อว่าบ้าน ผะหมานดั่งรือชื่อว่าป่านั้นชา เพิงรู้สันนี้ อันว่าบ้านนั้นแม่นมีเรือนหนึ่งก็ดีมากกว่านั้นไปก็ชื่อว่าบ้านเสี้ยงแล แม่นมีรั้วล้อมก็ดี บ่มีรั้วล้อมก็ดี ก็ชื่อว่าบ้านแล บ้านเก่าอันยังมีเรือนอยู่ก็ดี ลวงสุดไปแม่นที่พ่อค้ารั้งอยู่พอ ๔ เดือนดั่งอั้น

๔๖. ก็ชื่อว่าบ้านเสี้ยงแล ฯ บ้านฝูงนี้ผิว่ามีรั้วล้อมนั้น หื้อผู้ชายผู้แรงแท้ไปยืนอยู่ตีนรั้วบ้านทางไปป่านั้น ซัดก้อนดินก้อนหนึ่งไปหื้อตามแรงมันแท้ ดินก้อนนั้นตกที่ใดแดนแต่ก้อนดินนั้น มาเถิงตีนรั้วบ้านที่อยู่ซัดนั้น ชื่อว่าคามุปจาระ คือว่าอุปจารแห่งบ้าน แห่งบ้านอันนั้นแล ฯ อันนี้อาไสรเซิ่งบ้านอันมีรั้วล้อมแล ผิว่าบ้านบ่มีรั้วล้อมนั้น เรือนหลังใดมีสุดที่ขอกกว่าเรือนทังหลายนั้น ผู้ญิงอยู่เรือนหลังนั้น ซัดน้ำล้างถ้วยรอดที่ใด ฝัดเข้าแกบตกที่ใดก็ดี แต่นั้นมาชื่อฆรุปจาร มักว่าอุปจารแห่งเรือนหลังนั้นแล ฯ พ้อยซัดก้อนดินแต่แดนฆรุปจารไปเล่า ดินก้อนนั้นตกที่ใด แต่นั้นมาหาเรือนชื่อว่าคาโม ว่าเขตบ้านแล พ้อยอยู่ที่ก้อนดินตกหั้นซัดก้อนดินไปเล่า ก้อนดินตกที่ใด แต่นั้นมาหาบ้านชื่อว่าคามุปจาร คือว่าอุปจารแห่งบ้านอันนั้นแล ฯ อันนี้อาไสรเซิ่งบ้านบ่มีรั้วล้อมแล ฯ อันนี้หื้อรู้จักเขตบ้านแลอุปจารบ้านแล ฯ อารามป่าอันมีรั้วล้อมแลกำแพงก็เพิงซัดก้อนดินสันเดียวนั้น เปนอุปจารอารามแล ฯ หว่างแห่งอุปจารอารามหื้อพอ ๕ ร้อยชั่วขาธนูคือว่า ๕ ร้อยวาจิ่งเรียกว่า เสนาสนะอยู่ในป่าบ่อั้นบ่

๔๗. ดีเลย ฯ อันนี้อาไสรเซิ่งอารามอันมีรั้วล้อมกำแพงล้อมแล ฯ ผิว่าอารามบ่ล้อมนั้นเล่าวิหารหลังใดแวน(แควน)ใหญ่ไกลบ้านดั่งอั้น หื้ออยู่แต่วิหารหลังนั้นซัดก้อนดินไป ก้อนดินนั้นตกที่ใดแต่นั้นมารอดวิหารชื่ออุปจารอารามแล ฯ หว่างแห่งอุปจารอารามแลอุปจารบ้านหื้อไกลกัน ๕ ร้อยวาจิ่งเรียกว่าเสนาสนะอยู่ในป่าแล ฯ อันนี้อาไสรเซิ่งอารามอันบ่ล้อมแลว่าแล ฯ อันนี้หื้อรู้จักป่าอันควรอยู่แล อันว่า ๕ ร้อยชั่วขาธนูคือว่า ๕ ร้อยวานั้น หื้อหว่างกลางแห่งอุปจารบ้านแลอุปจารอารามอันอยู่ในป่านั้นดาย บ่ใช่ว่าแต่รั้วบ้านเถิงรั้วอารามหื้อพอ ๕ ร้อยวาเน่อ ฯ ผิว่าบ้านอันใดใกล้อารามอันอยู่ป่านั้น คนฝูงอยู่บ้านก็ได้ยินเสียงชาวเจ้าฝูงอยู่ป่า ชาวเจ้าฝูงอยู่ป่าก็ได้ยินเสียงคนอันอยู่ในบ้านนั้นดั่งอั้น

เท่ามีแม่น้ำและห้วยดอยหีกเหวขั้น ได้เทียวไปทางอันคดอันเลี้ยวดั่งอั้น ก็หื้อว่าไปตามหนทางอันเทียวไปนั้น หื้อพอ ๕ ร้อยวาอยู่ที่นั้นก็ควรแล ผิว่าแม่น้ำขั้นแลยังมีทางเรือขี่แพข้ามดั่งอั้น ก็เพิงนับทางหื้อพอ ๕ ร้อยวาเทอะ ผิบ่อั้นอยู่บ่ดีแล ฯ เจ้าตนใดอยู่เสนาสนะใกล้บ้านแล้วพ้อยทับทางเก่าเสียแปงทางใหม่หื้อพอ ๕ ร้อยวา กทำสัน

๔๘. นั้นบ่ดีเลย เปนโจรธุตังควัตดายอย่าเยียะเทอะ ฯ เจ้าตนไปอยู่ป่าอันไกลบ้านพอผะหมานดั่งกล่าวมานี้จิ่งเรียกว่าอรัญญิก จักอทิฏฐานเอาธุตังควัตก็จิ่งขึ้นแล เจ้าตนใดอยู่ป่า ผิแลมีอุปัชฌาย์อาจาริย์หากเปนพยาธิจักอยู่ป่าบ่สัปปายะ ก็จุ่งนำเอาอุปัชฌาย์อาจาริย์แห่งตน เมือสู่เสนาสนะที่ใกล้บ้านแลอยู่อุปัฏฐากเทอะ เท่าว่าเมื่อจักใกล้รุ่งนั้น หื้อไปอยู่ป่าที่ถูกขนาด หื้อสายอรุณออกในป่าที่นั้นแล้ว เยียะมาสู่อารามควรแล ฯ ผิอุปัชฌาย์อาจาริย์เปนพยาธิร้ายบ่ควรพรากได้ดั่งอั้นก็เพิงอยู่อุปัฏฐากอุปัชฌาย์อาจาริยก่อนแล บ่ไปเพิกอรุณก็อย่าก่อนเทื่อ ฯ อันว่าเจ้าตนถือธุตังควัตชื่ออรัญญิกังคะนั้น ก็ยังมี ๓ จำพวก คือว่า อุกกัฏโฐ มัชฌิโม มุทุโต แล ฯ ตนอุกกัฏโฐนั้น อยู่ป่าเสี้ยงทัง ๓ ระดู มักว่าอยู่ป่าเที่ยงทุกเมื่อแล ผิบ่อยู่ชุเมื่อได้ก็เพิงเทียวเพิกอรุณในป่าชุเมื่อแล ฯ อธิบายว่า เจ้าตนถืออรัญญิกังคะตนอุกกัฏฐะนั้นอยู่ในป่าหื้อเสี้ยงระดูทัง ๓ ดีหลี ผิว่าลมบ่มีเหมือนระดูฝนก็อย่าเข้าวัสสาในป่าเทอะ มาเข้าวัสสาในวัดวาอารามแล้ว หื้อไปเพิกอรุณในป่าชุวันก็ดี ผิว่ามีลมก็หื้ออยู่ป่าเสี้ยงระดูทัง ๓ นั้นแล ฯ

๔๙. ตนมัชฌิโมนั้น หื้ออยู่ป่า ๘ เดือน คือว่าระดูหนาว ๔ เดือน ระดูร้อน ๔ เดือนแล พันระดูฝน ๔ เดือนนั้น หื้อมาอยู่อารามควรแล ฯ มุทุโตนั้น หื้ออยู่ป่า ๔ เดือน คือระดูร้อนแลเมื่อระดูหนาว ระดูฝน มาอยู่อารามก็ควรแล ฯ เจ้าตนอยู่ป่านั้น ผิหากใคร่ฟังธัมม์ลุกแต่ป่ามาสู่อารามอันใกล้บ้านเพื่อจักฟังธัมม์ดั่งอั้น ในเมื่อยังฟังธัมม์อยู่บ่ทันแล้วสายอรุณออกมาจนดั่งนั้น ธุตังควัตก็บ่ขาดแล ผิว่าฟังธัมม์จบแล้วเมื่อสายอรุณออกจนยังหนทาง ธุตังควัตก็บ่ขาดแล ผิว่าฟังธัมม์ก็จบแล้ว เจ้าตนเทสนาธัมม์ก็ลงหนีจากธัมมาสนะแล้ว เจ้าตนถืออรัญญิกังคะนั้น พ้อยว่ากูจักยั้งอยู่สักยามก่อนเทอะว่าอั้นพ้อยหื้ออรุณออกจนอันยังหนทางดั่งอั้น ธุตังควัตก็ขาดเสียแล ฯ ผิหากจักใคร่อยู่อารามใกล้บ้านคร้านไปอยู่ป่าแล อยู่หื้อสายอรุณออกจนดั่งอั้น ธุตังควัตก็ขาดเสียแล คำไทว่าบ่มีเหตุอันใดอันหนึ่ง เมือสู่อารามอรุณออกจนธุตังวัตก็ขาดเสียแล ผิมีเหตุหากจักใคร่อยู่อารามอันใกล้จิ่มบ้านแล อรุณออกจนวัตก็บ่ขาดแล ฯ ผิว่าหาเหตุบ่ได้แลมาอยู่อารามที่จิ่มใกล้บ้านหื้อสายอรุณออกจวนธุตังควัตก็ขาดเสียแลบ่ดีเลย ฯ อันนี้กล่าว

๕๐. วิทธีอันกทำหื้อชอบนั้นก่อนแล ฯ พันอานิสงมีสันนี้แล อันว่าเจ้าตนถืออรัญญิกังควัตนั้น อันอาไสรเซิ่งป่าแท้ดีหลี คุณอันตนบ่ได้เถิงก็จักได้เถิง คุณอันได้แล้วก็จักได้รักสาจิตใจดีนักแล ฯ ชีวิตฺตนิกนฺนิปหานํ ได้ละเสียยังตัณหาอันกัตติรักชีวิตนั้นแล ฯ สงฺคณิกรตฺติวิโนทนํ ได้บันเทาเสียยังตัณหาอันยินดีกับด้วยหมู่คณะนั้น ฯ ปนฺตเสนาสนวาสี ได้อยู่เสนาสนะอันสงัด ฯ อสปายรูปทสฺสนํ บ่ได้หันรูปารมณะอันบ่เปนสัปปายะหื้ออวิชชาโทมนัสสเกิดนั้นแล ฯ อสฺสปายปุคฺคลวิภชฺชนํ บ่ได้เสพปุคคละผู้บ่เปนสัปปายะหื้ออุทธัจจกุกกุจจะเกิดนั้น ฯ อวิกฺขิตฺตจิตฺโต มีใจบ่ฟุ้งซ่าน ฯ สพฺเพ อลทฺธสมาธิปฏิลทฺธํ อาดเพื่อได้ยังสมาธิอันไป่ได้เถิงเทื่อนั้น ฯ สพฺโพ อลทฺธํ สมาธิ รกฺขิตฺ ํ อาดเพื่อรักสาไว้ยังสมาธิอันได้แล้วนั้น ฯ น ปรสํสฏฺโฐ บ่เจือจานกับด้วยผู้อื่น ฯ ปวิเวกสุขานุภาวนํ ได้เสวยยังสุขอัน

วิเวกหลายผะการ ฯ อปฺปิจฺจตฺตาทินํ อนุโลมวุตฺติ มีกริยาอันตั้งอยู่เปนตามคุณอันดี มีอัปปิจจตาเปนต้น อันหนึ่ง ก็ควรแก่อันทรงบังสุกุล อันหนึ่ง

๕๑. ก็เปนเหตุไปใกล้นิพพานเจ้าแล ฯ ภิกขุตนเข้าสู่สงครามอันรบกับข้าเสิ้กคือกิเลสปาปธัมม์ในป่านั้น บ่นานเท่าใดก็จักผะจนแพ้ยังข้าเสิ้กคือกิเลสปาปธัมม์ดีหลีแล ฯ เหตุดั่งอั้น ปณฺฑิโต อันว่าภิกขุตนมีผะหยาควรถือยังวัตอันอยู่ในป่านั้นแล ฯ อรญฺญิกงฺคสมตฺตํ ฯ โยคาวจรจักถือธุตังควัตชื่อรุกขมูลลิกังคะนั้น เมื่อสมาทานเอาวัตหื้อว่า สนฺนํ ปฏิกฺขิปามิ ๓ ที ฯ รุกฺขมุลฺลิกงฺคํ สมาทิยามิ ๓ ที ฯ ๒ บทนี้ว่าอันใดก็ดี ว่าทัง ๒ ก็ดี ฯ คันสมาทานเอาวัตแล้วสันนั้น วัตอันอยู่เคล้าไม้ก็ขึ้นแก่ภิกขุตนสมาทานเอานั้นแล ฯ ส่วนอันว่าภิกขุตนถือวัตอันอยู่เคล้าไม้นั้น บ่ควรอยู่เสนาสนะอันมุงด้วยเครื่องมุงแล จักเข้านั่งร่มกุฎีวิหารบ่ได้แล เท่าอยู่แทบเคล้าสิ่งเดียวแล ฯ เมื่อจักอยู่เคล้าไม้นั้น ก็หื้อแยงดูไม้ตนนั้น พิจารณาดูควรดีอยู่ เยียอยู่ บ่ควรอยู่ อย่าได้อยู่เทอะ ดั่งรือแลว่าอั้นชา แท้แล ไม้ต้นใดอันเปนที่แดนสีมาบ้านเมืองแห่งท้าวพญา ๒ ตนก็อย่าอยู่ ไม้อันมียางเปนต้นว่าไม้รัง ไม้ยางยิ้ง อันคนหากประสงยางนั้นก็อย่าอยู่ ไม้ต้นมีลูกเปนที่คนบัวระโภกนั้นก็อย่าอยู่ ไม้อันที่นอนแห่งสัตทังหลาย มีคุ้งควาวเปนต้นนั้นก็อย่าอยู่ ไม้อันมีกวงแลไม้ตาย

๕๒. พายในก็อย่าอยู่ จักมีโทสหลายผะการแล ไม้ต้นอันเปนสีมันตะริกแห่งสังฆะ หนึ่งแล ไม้ต้นอันเปนท่ำกลางอารามก็อย่าอยู่ หื้อเว้นต้นไม้ฝูงอันโทสดั่งกล่าวมานี้เทอะ เหตุว่าไม้ทังหลายฝูงนี้ผะกอบด้วยโทสมากนัก บ่เพิงอยู่เพื่ออั้นแล ผิจักอยู่แทบเคล้าไม้อันเปนขอกอาราม อันมีในป่าก็ควรแล ฯ อันว่าเจ้าตนถือรุกขมุลลิกังคะนั้น ก็ยังมี ๓ จำพวก คือว่าอุกกัฏโฐ มัชฌิโม มุทุโต แล ตนอุกกัฏโฐนั้น จักไปอยู่ใต้ร่มไม้ต้นใดแลจักหื้อท่านผู้อื่นไปกวาดไปเผี้ยวเสียแก่ตนดั่งอั้นบ่ได้แล แม่นรกปุนรือก็ดี ก็เท่าควรเอาตีนเพิกใบไม้แลเหยื้อเสียแล้วนั่งอยู่แล ฯ ตนมัชฌิโมนั้น จักไปอยู่ใต้ร่มไม้ต้นใดไปเถิงยังเคล้าไม้ต้นนั้น ตนหากกวาดเผี้ยวเอาแก่ตนก็ยังได้ ผิจำคนแลสิกโยมไปกวาดเผี้ยวหื้อบ่ได้แลไนยะหนึ่ง ปุคคละผู้ใดมาในที่นั้นหื้อกวาดเผี้ยวชำระหื้อก็ควรแล ฯ ตนมุทุโตนั้น จักอยู่ร่มไม้ต้นใด จำข้าอารามแลสิกโยมไปกวาดเผี้ยวเสียแล้วกวาดหื้อราบเพียงแล้ว หื้อไปเอาซายมาเรี่ยรายหื้อแปงรั่วล้อมแล้ว แปงปตู(ประตู)ใส่เยียะดีดั่งอั้น

๕๓. ก็ยังได้ ฯ ผิบ่รู้แลได้ไปอยู่เคล้าไม้เสื้อบ้านเสื้อเมืองที่อันคนปูชานั้น หื้อหนีไปจากที่นั้น ไปอยู่ที่ลับที่อันกั้งบังตัวอยู่ที่อื่นก็ควรแล ฯ เจ้าตนถือรุกขมุลลิกังควัตนั้น คันว่าเข้ามาสู่ที่กุฎีวิหารพอหื้อสายอรุณออกมาจนในร่มนั้น ธุตังควัตรก็ขาดเสียแล ฯ ผิว่าเข้าไปในโรงอุโปสถเพื่อจักกทำสังฆกัมม์ มีต้นว่าอุโปสถกัมม์ก็ดี หากรุ่งจนดั่งอั้น วัตก็บ่ขาดแล ผิว่าเข้าไปในเสนาสนะอันมุงเพื่อจักฟังธัมม์ก็ดี เพื่อเรียนธัมม์ก็ดี เพื่อจักสอนธัมม์แก่ท่านก็ดี เพื่อจักถามอันใดอันหนึ่ง เซิ่งภิกขุทังหลายก็ดีเพื่อจักกทำวัตมีต้นว่า ชำระเสนาสนะ ตั้งซองไว้พายนอกบ่ดีแล เอาเข้าไว้พายในเสนาสนะก็ดี ฝูงนี้ควร บ่เสียวัตแล ผิว่ากทำกิจจแล้วแลอยู่บ่ควร เสียวัตแล ผิไปเทียวทางแลเข้าไปในสาลาอันตั้งอยู่ท่ำกลางหนทางนั้นดั่งอั้นบ่ยั้งบ่เสียวัตแล ผิว่าฝนตกแลยั้งอยู่ถราบฝนกับ(กลับ)หายแล้วออกไปก็ควร บ่เสียวัตแล ผิว่าหากเหตุหาการบ่ได้เข้าไปสู่ร่มบ่ทันหนีรุ่งจนดั่งอั้น ธุตังควัตขาดเสียแล ผิว่าเหตุมีบ่ขาดแล ฯ อัน ๑ ฝนตกก็ดี อัน ๑ หากบ่สัปปายะอันใดอันหนึ่งเกิดมีได้เข้าไปสู่ร่มแล้ว

๕๔. เมื่อจักรุ่งนั้นหื้อไปสู่ร่มไม้นั้นก็ดีแล ฯ อันว่าเพิกอรุณก็มีแห่งวัต ๓ อัน คือ อรัญญิกังควัตแลรุกขมุลิกังควัตแล อโภกาสีกังควัตแล เขา ๓ วัตนี้ เพิกอรุณดั่งกันชุอันแล ฯ อันนี้หื้อรู้วิธี

อันกทำแล ฯ พันอานิสงเพิงรู้สันนี้ อันว่าเจ้าตนถือรุกขมุลิกังคะนั้น เรียกว่าได้กทำตามนิสสายอันตน ได้รับเมื่ออุปสัมปทากัมม์ในโรงสิมมาวันนั้นว่า รุกฺขมูลเสนาสนํ นิสฺสาย ปพฺพชา นั้นแล ฯ ตติเย อริยวํเส ปติฏฺฐิฐานํ ได้ตั้งอยู่อริยวังสะอันถ้วน ๓ นั้นแล ฯ เสนาสนลุปฺปหานํ ได้ละเสียยังตัณหาอันโลภเสนาสนะแล ฯ เสนาสนิกนฺติ วิโนทนํ ได้บันเทาเสียยังตัณหาอันกัตติรักเสนาสนะ ฯ อาวาสมจฺเฉรปหานํ ได้ละเสียยังความถะหนี่อาวาส ฯ กมฺมรามาภาโว หาอันมักกทำการบ่ได้แล ฯ อติณฺหวารูปณฺณวิการเทสเนน อนิจฺจ สญฺญา ปฏิลาโภ ได้ยังอนิจจสัญญาอันกฏหมายว่าบ่หมั้นบ่เที่ยงในปัญจขันธะ ด้วยอันหันยังอันหลากค่าแห่งใบไม้อันแดงแล้วแลพ้อยเขียวเล่า เหลืองแล้วหล่นตกบ่ขาดสายนั้น ฯ อปฺปิจฺตาทินํ อนุโลมวุตฺติ มีกริยาอันตั้งอยู่เปนตาม

๕๕. คุณอันดีมีอัปปิจตาเปนต้นนั้นแล ฯ วิวิตาวาโส อันว่าที่อยู่อันเปนวิเวกควรยินดีเซิ่งภาวนานั้น จักเสมอดั่งเคล้าไม้นั้นบ่มีแล ฯ แม่นว่าพระพุทธเจ้าก็หากสักเสินยกยอแล เคล้าไม้นั้นหากเปนของอันควรเสบแห่งพระพุทธเจ้ามาแต่ก่อน เมื่อพระพุทธเจ้าออกจากท้องแม่ก็ดี เมื่อพระพุทธเจ้าถรัสผะหยาสัพพัญญูตัญญาณเปนพระก็แทบเคล้าไม้แล เมื่อพระนิพพานก็แทบเคล้าไม้แล เหตุดั่งอั้นอันว่าเคล้าไม้เปนที่ควรเสบแห่งพระพุทธเจ้าเพื่ออั้นแล ฯ อันหนึ่ง ก็เรียกว่าได้อยู่กับด้วยเทวดาแล อันหนึ่ง เปนเหตุแห่งอันใกล้นิพพานเจ้าแล ฯ เหตุดั่งอั้นภิกขุตนมีผะหยาควรถือวัตอันอยู่เคล้าไม้แล รุกฺขมุลิกงฺคสมตฺตํ ฯ โยคาวจรตนจักถือวัตอันชื่ออัพโภกาสีกังควัตนั้น เมื่อจักสมาทานเอาวัตหื้อว่าสันนี้ สนฌฺจรุกฺขมูลญฺจ ปฏิกฺขิปามิ ๓ ที ฯ อพฺโภกาสีกงฺคํ สมาทิยามิ ๓ ที ฯ ๒ บทนี้ว่าอันใดก็ดีว่าทัง ๒ ก็ดีแล ฯ คันสมาทานเอาวัตสันนี้แล้ว วัตอันอยู่กลางเป่งก็ขึ้นแก่ภิกขุตนสมาทานเอานั้นแล ฯ ส่วนอันว่าภิกขุตนถือวัตอันอยู่กลางเป่งนั้น บ่ควรอยู่ร่มอันมุงด้วยเครื่องมุงแลร่มไม้ เท่าควรแปง

๕๖. กุฏีผ้าอยู่ในกลางเป่ง เมื่ออยู่กลางเป่งนั้นบ่ควรอยู่ในที่ท่ำกลางวิหารแลที่ไปมาแห่งปุคคละทังหลายนั้น เท่าควรอยู่ที่ขอกวิหารอันเปนที่ไปมาแห่งคนทังหลายนั้นแล ฯ ผิว่าเข้าร่มกุฏีวิหารบ่ได้เท่าอยู่เมื่อวันอย่าหื้อรุ่งจนก็ยังได้แล เจ้าตนถืออัพโภกาสิกังควัตจักเข้าไปฟังธัมม์ในวิหารก็ดีผิจักเข้าไปในโรงอุโปสถเพื่อจักกทำสังฆกัมม์มีต้นว่า อุโปสถกัมม์ก็ดีก็ยังได้ เท่าว่าอย่ารุ่งจนเทอะ ผิหากไปสู่ร่มแลฝนตกดั่งอั้น ก็ยั้งอยู่หื้อฝนเอื้อนแล้วเยียะหนีก็ดี แม่นว่าจะเข้าไปกทำวัตปฏิบัตแก่อุปัชฌาย์อาจารย์ตนในโรงก็ควรแล ผิเข้าไปสู่ร่มเพื่ออำลาจาสั่งอุปัชฌาย์ก็ดี เพื่อจักเรียนธัมม์ก็ดี เพื่อจักถามอันใดอันหนึ่ง เซิ่งภิกขุทังหลายก็ดี เพื่อจักกทำวัตมีต้นว่า กวาดเผี้ยวชำระเสนาสนะแลเคล้าไม้มหาโพธิก็ดี ตั้งซองไว้พายนอกบ่ดีเอาเข้าไว้พายในเสนาสนะก็ดี ก็ยังควรแล ผิว่ากทำกิจจะแล้วแลอยู่บ่ควรเสียวัตแล ฯ ผิเทียวทางไปฝนตกนักดั่งอั้น ผิว่าสาลาอันคนหากแปงไว้ที่ใกล้หนทางแลยังมีดั่งอั้นเข้าไปยั้งอยู่พอหื้อฝนเอื้อนแล้ว เยียะออกหนีดั่งอั้น ก็ควรแล อันว่าเจ้าตนถืออัพโภกา

๕๗. สิกังคะนั้น ก็ยังมี ๓ จำพวก คือว่า อุกกัฏโฐ มัชฌิโม มุทุโต แล ฯ ตนอุกกัฏโฐนั้น จักอาไสรเซิ่งเพิกร่มไม้แลพูดอยหย้าวเรือน กุฏีวิหารแลอยู่ดั่งอั้นบ่ได้บ่ดีแล ผิว่าแปงหอผ้าอยู่กลางข่วงก็ยังได้แล เท่าหื้อดูร่มไม้เมื่อตาวันเที่ยง ผิร่มไม้เถิงที่ใดอย่าอยู่ที่นั้นบ่ดีเลย ฯ ตนมัชฌิโมนั้น เท่าแต่เพิ่งเงาต้นไม้แลเงาดอยแล เงากุฏีวิหารก็ยังได้ เท่าอย่าเข้าพื้นไม้แลในกุฏีวิหาร บ่ดีเลย ฯ ตนมุทุโตนั้นอยู่ในเงื้อมผาแลผามอันมุ้งด้วยใบไม้ยังได้ ตูบนาเถียงไร่อันเจ้ามันหากละเสีย อันกั้งด้วยกิ่งไม้นั้นยังได้แล เท่าบ่ควรอยู่ร่มไม้ฝูงอื่นกว่านี้แล อันว่าเจ้าตนถืออัพโภกาสีกังคะนั้น เข้าไปอยู่ร่มไม้แลกุฏีวิหารพอหื้อรุ่งจนนั้นวัตก็ขาดเสียแล ฯ เกจิอาจารย์ลางพร่องว่าธุตังควัต ๒ อันนี้ คือว่ารุกขมุลิกังคะแลอัพโภกาสิ

กังคะถือกับกันบ่ได้แล คันสมาทานเอาวัตอันหนึ่ง วัตอันหนึ่งก็ขาดเสียดายว่าอั้นแล มหาอุปคุตตเถร กล่าวไว้ว่า ผิว่าสมาทานเอาวัตชื่อรุกขมุลิกังคะแล้วก็หื้อไปอยู่ใต้ร่มไม้หั้นก่อนแล เมื่อลุนออกจากร่มไม้นั้นแล พ้อยสมาทานเอาวัตชื่ออัพโภกาสิกังควัตนั้นเล่า แดนแต่สมาทานเอาวัต

๕๘. ชื่อว่าอัพโภกาสิกังคะนั้น อย่าเข้าสู่ร่มไม้นั้นเล่า ลวดอยู่นอกร่มไม้หั้นแล เมื่อดั่งอั้น รุกขมุลิกังควัตนั้นก็บ่ขาดแล อัพโภกาสีกังคะก็บ่ขาดแล เหตุว่ารุกขมุลลิกังควัตนั้นบ่ห้ามอัพโภกาสีกังคะนั้นเลย เท่าแต่สมาทานเอาวัตก็ขึ้นแล จักบัวระโภกพร่ำกันแท้บ่ได้ คำอันนี้มหาอุปคุตตเถรเจ้ากล่าวไว้แก่อัปปสูดทังหลายแล ฯ เกจิอาจารลางพร่องกล่าวว่า ผิใคร่หื้อได้ทัง ๒ วัตพร้อมกันนั้น หื้อไปอยู่ร่มรั้วอันป้องพายบนก็ดีว่าอั้น คำอันนี้บ่ดีเอาแล ฯ อันนี้หื้อรู้วิธีอันกทำแล ฯ พันอานิสงเพิงรู้สันนี้เทอะ ภิกขุตนถือวัตอันอยู่กลางเป่งนั้น อาวาสโลลุปฺปหาน ได้ละเสียยังตัณหาอันโลภในที่อยู่ ฯ อาวาสนิกนฺติวิโนทนํ ได้บันเทาเสียยังตัณหาอันกัตติรักที่อยู่ ฯ ถีนมิทฺธปนูทนํ ได้บันเทาเสียยังถีนอันเหนื่อยคล่ายจากเพียร มิทธะ อันง่วงเหงาเมาหลับ ฯ อาวาสปลิโพธุปจฺเฉโท ได้ตัดเสียยังตัณหาอาวาสปลิโพธิ ฯ อทุลฺลภาวาโส มีที่อยู่บ่ยาก ฯ อปฺปกิจฺโจ อันหากิจจะบ่ได้ ฯ สลฺลหุกวุตฺติ มีกริยาอันตั้งอยู่เปนอันเบา ฯ สลฺเลกฺขวุตฺติ มีกริยาอันตั้งอยู่เปนอันเครียนเสียยังกิเลส ฯ อปฺปจฺจตฺตาทินํ อนุโล

๕๙. มวุตฺติ มีกริยาอันตั้งอยู่เปนตามคุณอันดีมีอัปปิจจตาเปนต้น อันหนึ่ง ก็บ่ได้คบกันหลายตนแล อันหนึ่ง ก็เปนเหตุอันใกล้แห่งนิพพานเจ้านักแล ฯ ภิกขุตนถือวัตอันอยู่กลางเป่งนั้น ถีนมิทธะบ่ครอบงำ ใจมีปักกติอันตื่นชื่นทุกเมื่อแล มีปักกติอยู่บ่ผะหมาทผะกอบด้วยสติสัมปชัญญะบ่ขาดอาดผะจนแพ้ยังมารกับทังเสนามารคือกิเลสปาปธัมม์ทังหลายแล ฯ เหตุดั่งอั้นภิกขุตนมีผะหยาควรถือวัตอันอยู่กลางเป่งนั้นแล อพฺโภกาสิกงฺคสมตฺตํ ฯ โยคาวจรตนจักถือโสสานิกังควัตนั้น เมื่อสมาทานเอาวัตหื้อว่าสันนี้ น สุสานํ ปฏิกฺขิปามิ ๓ ที ฯ โสสานิกงฺคํ สมาทิยามิ ๓ ที ฯ ๒ บทนี้ว่าอันใดก็ดี ว่าทัง ๒ ก็ดีแล ฯ คันว่าสมาทานเอาวัตสันนี้แล้ว วัตอันอยู่ยังป่าช้านั้นก็ขึ้นแก่ภิกขุตนนั้นแล ก็เพิงไปอยู่ใกล้ป่าช้าแล ฯ ดั่งรือแลจักเรียกว่าป่าช้านั้นชา เพิงรู้สันนี้ คนทังหลายจักตั้งบ้านใหม่ที่ใด เข้าไปดูที่อันจักควรเปนป่าช้าแล้ว เขากฎหมายไว้ว่าที่นี่ควรเปนป่าช้าพายหน้าชะแล ที่นั้นจักเรียกว่าป่าช้าแล้วบ่ใช่เทื่อ เหตุว่าบ่ได้เผาผีเทื่อ ถราบใดแลได้เผาผีแล้วจิ่งเรียกว่าป่าช้าแล ฯ แม่นป่าช้าเก่าอันละเสียผะหมาน ๑๒ ปี ก็ยังได้ชื่อว่าป่าช้า

๖๐. อยู่แล ฯ เจ้าตนถือโสสานิกังควัตจักไปอยู่ก็ควรแล เมื่อไปอยู่ป่าช้านั้น ผิจักตั้งตูบแลกุฏิวิหารมัณฑบจังกัมม์อยู่ดั่งอั้นก็บ่ควรแล อันจักแปงตั่งแปงชองแต่งน้ำกินน้ำใช้ไว้ในป่าช้านั้นก็บ่ควรแล จักไปเทสนาธัมม์แลสังวาดสวาดธิยายก็บ่ควรดาย วัตนี้ยากนักหนาแล ฯ ผิเจ้าตนใดหากจักไปอยู่ป่าช้านั้น หื้อไปบอกแก่สังฆเถรเจ้าแล้ว บอกแก่เสนาอามาตท้าวพญาแล้วเยียะไปเทอะ เหตุดั่งรือแลว่าหื้อบอกนั้นชา อันว่าป่าช้านั้นเปนกับด้วยสงไสมากนัก คันว่าอุปัททวะอันใดอันหนึ่ง หากเกิดมีดั่งอั้น หื้อเขาช่วยห้ามช่วยบันเทาเสียแก่ตน เหตุดั่งอั้นจิ่งว่าหื้อบอกแก่เขาทังหลายเพื่ออั้นแล ฯ ผะการหนึ่ง ก็บ่ควรกินอาหารอันเพิงใจผี คือว่าแป้ง งา แลเข้าอันเกล้าด้วยถั่ว ชิ้น ปา เข้าต้ม เข้าหนม เข้าแป้ง น้ำผึ้ง น้ำอ้อย น้ำมัน น้ำนมวัวสักอันเทอะ เหตุดั่งรือแลบ่หื้อกินนั้นชา เหตุว่าของกินฝูงนี้เปนของมักแห่งผี คันเจ้าภิกขุกินดั่งอั้น ผีย่อมดูแควน บ่ควรกินเพื่ออั้นแล ฯ อันนี้เท่าว่าแต่เจ้าตนถือโสสานิกังควัตนั้นสิ่งเดียว ตนถืออื่นบ่ว่าเลย ตนอื่นแต่ใคร่ว่าก็ดีดั่งเก่าแล ฯ อันหนึ่ง ก็อย่าเข้าไปสู่ขะกูลนักกว่าเช่น ผีก็ดูแควนแล ฯ เกจิอาจารย์ลางพร่องว่าหื้อไปแปง

๖๑. กุฏิวิหารในป่าช้าเพื่อโผดผีว่าอั้น คำอันนี้บ่ดี บ่มีในปาฬีแลอัตถกถา ฏีกาสักแห่งบ่เพิงกทำตามเลย ฯ อาจารย์ลางพร่องว่าเจ้าตนถือวัตโสสานิกังคะ คันว่าผาสะจากเฝ่าผีนั้นบ่ดี แม่นเทียวทางก็หื้อเอาเฝ่าผีใส่บาตพกไปมาด้วยตนจักนอนที่ใดเอาออกปูนอนชุแห่งว่าอั้น คำอันนี้บ่มีในปาฬีอัตถกถาฏีกาสักแห่ง อย่ากทำตามเทอะ บ่ดีเลย ปาฬีแลอัตถกถาฏีกาเท่าว่าหื้ออยู่ในอารามแลป่าใกล้ป่าช้าก็ดีไกลก็ดี เท่าหื้อเทียวไปดูกัมมัฏฐานในกาลเมื่อควรนั้นเทอะ เท่าว่าสันนี้แลบ่ว่าหื้อแปงกุฏีวิหารอยู่ป่าช้าเหนือเฝ่าผี คำอันนี้บ่มีในปาฬีอัตถกถาฏีกาอย่ากทำเทอะบ่ดีแล ฯ เมื่อจักไปสู่ป่าช้าแท้นั้น ก็หื้อลักหย่องไป หื้อออกจากทางหลวงแล้วเทียวไปด้วยหนทางน้อย อย่าหื้อผากฏแก่คนทังหลายสักคนเทอะ เมื่อไปรอดแล้วนั้นก็หื้อกฎหมายดูอารัมมณะเมื่อยังวันนั้นไว้ มักว่าหื้อรู้ที่อยู่ก้อนหินแลท่อนไม้แลฟร้อมไม้แลค้อนขอนใหญ่น้อยนั้น หื้อแจ้งแก่ใจแต่เมื่อยังวันชุอัน บ่อั้นเมื่อคืนมานั้นหลอนไปพ้อยหันหลากแก่ตาผากฏมีคำกัวชา คันไปรอดป่าช้าแล้วหื้อเลงดูกัมมัฏฐานในป่าช้านั้น นั่งอยู่ก็ดียืนอยู่ก็ดีแล เมื่อนั่งแลยืนนั้นหื้อสับเพราะหน้าสู่เฝ่าผีแล เลงดูเฝ่าผีแลปลงอนิจจ

๖๒. ทุกข อนัตตา อสุภลงในปัญจขันธไปไจ้ ๆ เทอะ เมื่อเทียวอยู่นั้นหื้อเลงดูเฝ่าผีด้วยตาเบื้องหนึ่งแล้ว เทียวจังกัมม์ไปมาป(ล)งอนิจจ ทุกข อนัตตา อสุภ ลงในปัญจขันธไปไจ้ ๆ เพื่อหื้อได้ละเสียยังอนิจจสัญญา ทุกขสัญญา อนัตตาสัญญา อสุภสัญญา ในปัญจขันธนั้นเทอะ อยู่พิจารณาดูซากผีเฝ่าผีไปมาหั้น ถราบต่อเท้าเดิกดีหลีพอผะหมาน หวนดั่งคนลุกนั้น หื้อคืนมาสู่อารามก็ควรแล คันสมาทานเอาวัตแล้วหื้อไปชุวัน วันใดบ่ไปธุตังควัตก็ขาดเสียแล ผิบ่ไปอยู่เมินได้ก็ไปเมื่อมัชฌิมยามนั้นแล้วคืนมาสู่อารามก็ควรแล ฯ ผิว่าหันผีอันจระเดินไปมาเมื่อคืนนั้น บ่ควรตีด้วยไม้ค้อนก้อนดินแล อันว่าเจ้าตนถือโสสานิกังควัตก็ยังมี ๓ จำพวก คืออุกกัฏโฐ มัชฌิโม มุทุโต แล ตนอุกกัฏโฐนั้น เมื่อจักดูกัมมัฏฐานในป่าช้านั้น ควรไปสู่ป่าช้าอันองค์ ๓ อัน คือว่า ธุวดาห ผีอันเผาผีบ่ขาดสาย ๑ ธวคณป มีซากผีอันทอดเสียเหนือดินบ่ขาดสาย ๑ ธุวโรท มีเสียงไห้ผีบ่ขาดสาย ๑ ป่าช้าอันใดแลมีทัง ๓ จำพวกนี้ เจ้าตนถืออุกกัฏโฐนั้นเพิงไปอยู่ที่นั้นแล ฯ ตนมัชฌิโมนั้น องค์ ๓ อันนั้นมี อันหนึ่งก็ดี ๒ อันก็ดีก็เพิงอยู่ที่นั้น เท่าบ่ควรอยู่ที่อันหาองค์ ๓ อันบ่ได้สักอันนั้นแล ฯ ตนมุทุโต

๖๓. นั้นเท่าเอาที่เฝ่าผีเปนผะหมาน แม่นป่าช้าเก่าอันละเสียผะหมาน ๑๒ ปีดั่งอั้นก็ดี หื้อไปดูกัมมัฏฐานในที่นั้นก็ควรแล ฯ เจ้าตนถือโสสานิกังควัตหื้อไปสู่ป่าช้าทุกวัน วันใดบ่ไปธุตังควัตก็ขาดเสียแล ฯ ผิเจ้าตนใดแลจักใคร่อยู่ป่าช้าเที่ยงดั่งอั้น หื้อไปอยู่จิ่มใกล้ป่าช้าที่กั้งบังก็ยังควรแล เท่าอย่าไปอยู่กลางป่าช้าแท้เปนปักกติ บ่ดีแล ผิว่าอนตรายมีบ่ไปก็บ่เสียวัตแล อันนี้กล่าววิธีอันกทำแล ฯ พันอานิสงมีสันนี้ อันว่าเจ้าตนถือโสสานิกังคะนั้นก็ได้จำเริญมรณานุสติกัมมัฏฐานดีนัก อภิณฺหกายสภาวทสฺสนํ ได้หันยังสภาวะอันเปนซากผีแห่งกายบ่ขาดสาย ฯ กายนิกนฺติปหานํ ได้ละเสียยังตัณหาอันกัตติรักในกายแล ฯ อนิจฺจ ทุกขฺ อนตฺตา อสุภ สญฺญาปฏิลาโภ ได้ยังอนิจจสัญญา ทุกขสัญญาอนัตตาสัญญาในปัญจขันธแล ฯ สํเวกพหูโล ได้ความสังเวคในตนมากนัก ฯ มทปหานํ ได้ละเสียยังอันมัวเมาแห่งตัณหามานทิฏฐิ ฯ อสุภนิมิตฺตปฏิลาโภ ได้ยังอสุภนิมิตมีต้นว่า อุทธุมาตกนิมิต ฯ กามราควิโนทนํ ได้บันเทาเสียยังกามราคะแล ฯ

๖๔. มรณานุสติ ปฏิลาโภ ได้ยังมรณานุสติอันระนึกรู้ยังความตายบ่ขาดสาย ฯ อปฺปมาทวิหารี มีปักกติอันอยู่หาความผะหมาทบ่ได้ ฯ ภยเภรวสหนํ ได้ครอบงำกำจัดเสียยังความกัวอันน้อยอันใหญ่ ฯ อมนุสฺสคฺครุภาวนิโย อันผีทังหลายหากเพิงครบหยำ ฯ อปิจฺจตาทินํ อนุโลมวุตฺติ มีกริยาอัน

ตั้งอยู่เปนตามคุณอันดีมีอัปปิจฉตาเปนต้นแล ฯ อันหนึ่ง ก็เปนที่ใกล้แห่งนิพพานเจ้าแล เหตุดั่งอั้น ภิกขุตนมีผะหยาแสวงหานิพพานแล มีหัวใจอันหลิ่งน้อมไปสู่นิพพาน ควรถือยังวัตอันอยู่ป่าช้า อันนำหื้อเถิงยังคุณอันมากนักแล โสสานิกงฺคสมตฺตํ ฯ โยคาวจรจักถือธุตังควัตชื่อยถาสันถติกังคะนั้น เมื่อจักสมาทานเอาวัตหื้อว่าสันนี้ เสนาสนํ โลลุปฺปํ ปฏิกฺขิปามิ ๓ ที ฯ ยถาสนฺถติกงฺคํ สมาทิยามิ ๓ ที ฯ ๒ บทนี้ว่าอันใดก็ดี ว่าทัง ๒ ก็ดีแล คันว่าสมาทานเอาวัตอันอยู่เสนาสนะด้วยตามอันท่านหากแต่งไว้นั้นก็ขึ้นแก่ภิกขุตนสมาทานเอาวัตนั้นแล ส่วนอันว่าภิกขุตนถือวัตอันอยู่เสนาสนะอันท่านหากแต่งไว้นั้น เมื่อใดชาวเจ้าทังหลายแลแจกกุฏิวิหารมาเถิงแก่เจ้าตนถือยถาสันถติกังควัตนั้น ด้วยคำว่า

๖๕. กุฏิวิหารอันนี้เถิงแก่เจ้ากูแลว่าอั้นก็ดี เมื่อจักไปจอดวัดวาอารามที่ใดก็ดี ชาวเจ้าทังหลายกล่าวว่า กุฏิวิหารเถิงแก่เจ้ากูแลว่าอั้นก็ดี เจ้าตนถือยถาสันถติกังควัตนั้นก็เพิงมีใจสู้รับเอา ตามคำชาวเจ้าอันบอกแก่ตนนั้น บ่เพิงจักเลือกแล หื้ออันใดเอาอันนั้นจักเถียงบ่ได้แล อันหนึ่งเล่า จักหื้อท่านผู้อื่นฟีกตนบ่ควรแล อันหนึ่งเล่าก็บ่ควรแต่งด้วยตนแลบ่ควรหื้อท่านผู้อื่นแต่งเสนาสนะ ที่บ่เพิงใจหื้อเพิงใจตนแล ฯ อันว่าเจ้าตนถือยถาสันถติกังควัตนั้น ยังมี ๓ จำพวก คือว่าอุกกัฏโฐ มัชฌิโม มุทุโต แล ฯ ตนถืออุกกัฏโฐนั้น เมื่อชาวเจ้าหากบอกกุฏิวิหารหื้อตนอยู่หลังใดดั่งอั้น มาตราเท่าจักถามว่าไกลว่าใกล้ชา สัตทังหลายก็ดี ผีทังหลายก็ดีบ่เบียนรือ เปนที่ร้อนที่หนาวรือ มาตราจักถามว่าอั้นก็บ่ได้ เท่าไปอยู่สิ่งเดียวแล ฯ ตนมัชฌิโมนั้นแต่ถามดูก็ยังได้ ผิว่าถามดูบ่เพิงใจจักเอาหลังอื่นก็ควร เท่าบ่ไปเลงดูคันไปแล้วก็อยู่แล ฯ ตนมุทุโตนั้น มาตราจักไปเยี่ยมดูก็ยังได้ ผิว่าบ่เพิงใจแลจักถามแลกเอาหลังอื่นก็ควรแล เท่าบ่ควรแปงเสนาสนะที่บ่เพิงใจหื้อเพิงใจแล ฯ ภิกขุตนถือวัตอันอยู่เสนาสนะตามอันท่านหากแต่งไว้ ๓ ตนนี้ ก็บ่ควรแต่งแปงด้วยตน

๖๖. ก็บ่ควรหื้อท่านผู้อื่นแต่งแปงยังเสนาสนะที่บ่เพิงใจหื้อเพิงใจ คันว่าแต่งด้วยตนก็ดี หื้อท่านผู้อื่นแต่งก็ดี ยังเสนาสนะที่บ่เพิงใจหื้อเพิงใจยามใด ธุตังควัตก็ขาดเสียยามนั้นแล ฯ อันหื้อรู้วิธีอันกทำแล ฯ พันอานิสงเพิงรู้สันนี้ อันว่าเจ้าตนถือยถาสันถตกังควัตนั้น เรียกว่าได้กทำตามคำสอนอันพระพุทธเจ้าหากเทสนาว่า ยํ ลทฺธนฺตุฏฺฐพฺพํ นั้นแล ฯ เสนาสนลุปหานํ ได้ละเสียยังตัณหาอันโลภในเสนาสนะแล ฯ ยํ ลทฺธํ เตน ตุฏฺฐตพฺพนฺติ วุตฺโต วาทกรณํ ได้กทำตามคำสอนพระพุทธเจ้าอันกล่าวว่าภิกขุได้ลาภอันควรสันโดษเพิงใจก็บ่ควรยินดี ลาภอันบ่เพิงใจก็บ่ควรดูร้าย ลาภอันตนหากได้แล มักใคร่ได้ลาภอันตนบ่ได้เที่อนั้น ฯ อตฺรจฺจิตาปหานํ ได้ละเสียยังตัณหาอันมักใคร่ได้ยังบ่ได้นั้น ฯ หีนปณีตกปฺปาปริจาโค ได้สละเสียยังกริยาอันตั้งอยู่บ่เสมอในอันถ่อยอันยิ่งนั้น ฯ อนุโลธปหานํ ได้ละเสียยังตัณหาอันรักอันชังนั้น ฯ อิฏฺฐรมฺมณตณฺหาวิโนทํ ได้บันเทาเสียยังตัณหาอันติดข้องในอารัมมณะอันเพิงใจนั้น ฯ อปฺปิจฺจตาทินํ อนุโลมวุตฺติ มีกริยาอันตั้งอยู่เปนตามคุณ

๖๗. อันดีมีอัปปิจตาเปนต้นแล ฯ อันหนึ่ง ก็เปนผะโชนะแก่สพรหมจารีทังหลาย ฯ อันหนึ่ง ก็ได้ละเสียยังคำอันผิดข้องกันด้วยกุฏิวิหารนั้น ฯ อันหนึ่ง ก็เปนที่ใกล้แห่งนิพพานเจ้าแล ฯ เหตุดั่งอั้น ภิกขุตนมีผะหยาควรถือยังวัตอันอยู่เสนาสนะด้วยตามอันท่านหากแต่งไว้นั้น อริยสตฺตาจิณฺณํ อันปุคคละฝูงเปนอริยเจ้าหากหอมหยับมา มุนีปุงฺควณฺณิตํ อันพระพุทธเจ้าตนผะเสริฐสักเสินยกยอนั้นแล ฯ ยถาสนฺถติกงฺคสมตฺตํ ฯ โยคาวจรจักถือธุตังควัตชื่อเนสัชชิกังคะนั้น เมื่อจักสมาทานเอาหื้อว่าสันนี้ เสยฺยํ ปฏิกฺขิปามิ ๓ ที ฯ เนสชฺชิกงฺคํ สมาทิยามิ ๓ ที ฯ ๒ บทนี้ว่าอันใดก็ดี ว่าทัง ๒ ก็ดีแล ฯ คันว่าสมาทานเอาวัตสันนี้แล้ว วัตอันบ่นอนก็ขึ้นแก่ภิกขุตนสมาทานเอาวัตนั้นแล ส่วนอันว่าภิกขุตน

สมาทานเอาวัตอันบ่นอนนั้น บ่ควรอยู่ด้วยอิริยาบถอันนอนในกาลสักคาบแล เท่าควรอยู่ด้วยอิริยาบถอันยืนแลนั่งแลเทียวนั้นทุกเมื่อแล จักนอนก็บ่ได้เท่านั่งแลยืนเทียวจมโขม ผิจักมักหื้อสัปปายะในกาลเมื่อคืน ๓ ยามนั้น หื้อลุกเทียวยามหนึ่ง หื้อนั่งแลยืน ๒ ยามเทอะ เจ้าตนถือเนสัชชิกังคะนั้น ยังมี ๓ จำพวก คือว่า อุกกัฏโฐ มัชฌิโม มุทุโต แล ฯ ตนอุกกัฏโฐนั้นจักใส่โยกผ้าแลโยกมือ

๖๘. ดั่งอั้นบ่ได้ แม่นจักอิงเบื้องหนึ่งก็บ่ได้ เท่านั่งอยู่บ่ดายสิ่งเดียวแล ฯ ตนมัชฌิโมนั้น จักใส่โยกผ้าโยกมือก็ยังได้ แม่นจักอิงเบื้องหนึ่ง ก็ยังได้แล ฯ ตนมุทุโตนั้น จักใส่สายโยกก็ได้ จักอิงหมอนก็ได้ จักนั่งชองอันชื่อปัญจังคสัตตังคะก็ยังได้แล ชองอันชื่อปัญจังคะนั้นคือชองอันมีแม่ ๔ อันกับแป้นอิงพายหลังเปนถ้วน ๕ นั้นแล ฯ ชองอันชื่อสัตตังคะนั้นคือช่องอันมีแม่ ๔ อัน แป้น ๒ พ้างข้าง แป้นอิงพายหลังเปนถ้วน ๗ นั้นแล ฯ ชองอันชื่อสัตตังคะนี้มหาจุฬภยเถรเจ้าทรงก็ยังได้เถิงอนาคามี พายลุนก็ยังได้เถิงอรหันตาผละแล้ว ก็นิพพานไปแล ฯ เจ้าตนถือเนสัชชิกังควัตนั้น คันว่านอนเมื่อใดธุตังควัตก็ขาดเสียแล ผิว่ามีถีนมิทธะครอบงำมากนักบ่รู้คิงแล ท่าวไปรู้คิงยามใด ยามนั้นบ่เสียวัตแล อันนี้หื้อรู้วิธีอันกทำแล ฯ พันอานิสงเพิงรู้สันนี้ เจ้าตนถือเนสัชชิกังควัตนั้น เสยฺยสุขมิทฺธสุขปมาทฏฺฐานปหานํ ได้ละเสียยังสุขอันนอนแลสุขอันหลับอันเปนเหตุหื้ออยู่ผะหมาทนั้น ฯ มิทฺธุปเภทํ ได้กำจัดตัดเสียยังความง่วงเหงาเมาหลับ ฯ กมฺมฏฺฐานานุโยคสปฺปายํ เปนสัปปายะแก่อันผะกอบด้วยเพียรในกัมมัฏฐาน

๖๙. ภาวนา ฯ วิคฺคตมิทฺธจิตฺโต มีใจผาสะจากมิทธะ ฯ วิริยารมฺภานุโล สมควรแก่อันผารมเพียรภาวนาแล ฯ ภาวนาย อลินจิตฺโต มีใจบ่หดหย้อในภาวนาแล ฯ ปคฺคหจิตฺโต มีใจเลิกขึ้นยังเพียร ฯ อุปจารอปฺปนาปตฺตานุรูโป ควรแก่อันเถิงยังอุปจารฌานแลอัปปนาฌานแล ฯ ปาสทิกอิริยาปโถ มีอิริยาบถอันงามรอดทุกกล้ำ ฯ อปฺปิจฺตฺตาทินํ อนุโลมวุตฺติ มีกริยาอันตั้งอยู่ด้วยตามคุณอันดีมีอัปปิจัตตาเปนต้นแล ฯ อันหนึ่งได้พ่ำเพงปฏิบัตอันชอบแล ฯ อันหนึ่งเปนที่ใกล้นิพพานเจ้าแล ฯ วิจกฺขโณ อันว่าภิกขุตนมีผะหยาร่ำเพิงหันคุณแลโทส ควรถือยังวัตอันบ่นอนนั้นแล ฯ มิทฺธนุทฺธิ อันหนึ่ง ก็บันเทาเสียยังมิทธะ ฯ สมฺมาสมฺพุทฺเธน อนุญฺญาตา อันพระพุทธเจ้าตนตรัสรู้เญยยธัมม์ทังมวรด้วยดีด้วยตน หากหื้ออนุญาตนั้นแล เนสชฺชิกงฺคสมตฺตํ ฯ อิมานิ ปน เตรส ธุตงฺคา กิเลสวูปสมลกฺขณานิ กิสวิทฺธํสนรสานิ วิสุชฺชนภาวปจฺจุปฏฺฐานานิ อปฺปิจฺจตฺตาทิ อริยธมฺมปทฏฺฐานานีติ ธุตงฺคานิ นาม ฯ ส่วนอันว่าธุตังควัตทังหลาย ๑๓ อันฝูงนี้ ร่ำงับจากกิเลสเปนลักขณะ มีอันกำจัดเสียยังกิเลสเปนกิจจะ ผากฏด้วย

๗๐. ภาวะอันบัวริสุทธ์จากกิเลส มีอริยธัมม์มีต้นว่าอัปปิจัตตาเปนเหตุอันใกล้นิพพาน เหตุดั่งอั้นจิ่งได้ชื่อว่าธุตังควัต ตัวธัมม์แท้ได้ญาณอันเปนในวัตทังหลาย ๑๓ นั้นแล ฯ โยคาวจรปุคคละผู้มีกิเลสนักหนา กทำกัมมัฏฐานภาวนาบ่วุฒิ ควรถือยังธุตังควัตทังหลายเพื่อหื้อกัมมัฏฐานภาวนาวุฒิแก่ตนแล โยคาวจรปุคคละผู้มีกิเลสน้อยบางบ่ถือธุตังควัต กทำกัมมัฏฐานภาวนาก็วุฒินั้นก็ควรถือยังธุตังควัตทังหลาย เพื่อหื้อทิฏฐานคติแก่กุลบุตทังหลายฝูงเกิดมาเมื่อซ้อยแล มักว่าควรอิ่นดูกุลบุตทังหลายเมื่อซ้อยแลถือยังธุตังควัตทังหลาย หื้อกุลบุตทังหลายฝูงเกิดมาเมื่อซ้อย หื้อได้เยื่องแลไต่ตามคองนิพพานแล ฯ อันหนึ่ง ก็เพิงรักสายังอริยวังสะคือคองอริยะอย่าหื้อมุดหายเสียแล ส่วนธุตังควัตทังหลาย ๑๓ นั้นทังมวรเปนสัปปายะแก่ปุคคละผู้เปนราคะจริต มีปักกติอันกัตติมักรักข้องในอารัมมณะอันเพิงใจนั้นแล ฯ เปนสัปปายะแก่ปุคคละผู้เปนโมหจริต มีปักกติอันบ่ร่ำเพิงหันสภาวธัมม์ทังหลายชุ

อันแล ฯ เหตุดั่งอั้นว่าธุตังควัตทังหลาย ๑๓ นั้น เปนปฏิบัตอันเปนทุกข์แลเปนปฏิบัตอันเครียนเสียยังกิเลสแลรา

๗๑. คะ ก็ร่ำงับดับเสียด้วยปฏิบัตอันเปนทุกข์แล ฯ ส่วนอันว่าโมหะก็ถ่อยเสียด้วยปฏิบัตอันเครียนเสียยังกิเลสแล ฯ ส่วนอันว่าธุตังควัต ๒ อัน คือว่าอรัญญิกังคะแลรุกขมุลิกังคะนั้น เปนสัปปายะแก่ปุคคละผู้เปนโทสจริต มีปักกติอันยินร้ายยินเคียดเซิ่งอารัมมณะอันบ่เพิงใจนั้นแล เหตุดั่งอั้นธุตังควัต ๒ อันนั้น เปนปฏิบัตอันสงัดจากอันร้ายอันดีแล ส่วนโทสะก็ถ่อยเสียด้วยปฏิบัตอันสงัดจากอารัมมณะอันร้าย อันบ่ถูกเนื้อเพิงใจนั้นแล ฯ ล้ำธุตังควัตทังหลาย ๑๓ นั้น ธุตังควัตอันผะกอบในผ้าจีวรมี ๒ อัน คือว่าปังสุกุลิกังควัต เตจีวริกังควัตแล ฯ ธุตังควัตอันผะกอบในเข้าบิณฑิบาตมี ๕ อัน คือว่าปิณฑิปาติกังควัตแล สัปปทานจริกังควัตแล เอกาสนิกังควัตแล ปัตตปิณฑิปาติกังควัตแล ขลุปัจฉาภัตติกังควัตแล เปนถ้วน ๕ แล ฯ ธุตังควัตอันผะกอบในเสนาสนะมี ๕ อันแล คือว่าอรัญญิกังคะ รุกขมุลิกังคะ อัพโภกาสีกังคะ โสสานิกังคะ ยถาสันถติกังคะ ๕ อันนี้แล ฯ ธุตังควัตอันผะกอบในอิริยาบถมีอันเดียวคือ เนสัชชิกังควัตแล ฯ ส่วนธุตังควัตอันเปนผะธานแก่ธุตังควัตทังหลายมี ๓ อัน คือว่า สัปปทาจาริกังคะ เอกาสนิกังคะแล อัพโภกาสิกังควัตแล ฯ คันพ่ำเพงปฏิบัตยังสัป

๗๒. ปทานจาริกังคะนั้นก็ได้พ่ำเพงปฏิบัตปิณฑิปาติกังควัตแล ฯ คันพ่ำเพงปฏิบัตเอกาสนิกังคะนั้น ก็ได้พ่ำเพงขลุปัจฉาภัตติกังควัตแล ฯ คันว่าพ่ำเพงปฏิบัตยังอัพโภกาสีกังคะนั้น ก็ได้พ่ำเพงปฏิบัตยังรุกขมูลิกังคะแลยถาสันถติกังควัตแล ฯ ส่วนธุตังควัตทังหลาย ๑๓ นั้น ทังมวรควรแก่ภิกขุทังหลายปฏิบัตพ่ำเพงแล ฯ ธุตังควัต ๑๒ เว้นแต่เตจีวริกังคะไว้ ควรแก่สามเณรทังหลายพ่ำเพงปฏิบัตแล ฯ ธุตังควัตทังหลาย ๒ อัน คือว่าเอกาสนิกังคะแลขลุปัจฉาภัตติกังควัตนั้น ควรแก่อุปาสกอุปาสิกาทังหลายพ่ำเพงปฏิบัตแล ฯ วิจกฺขโณ อันว่ากุลบุตทังหลายฝูงมีผะหยาร่ำเพิงหันไภยยะทุกข์โทสในสงสาร มักใคร่พ้นจากบ่วงค้องแห่งมาร คืออวิชชาตัณหาอันผูกตนไว้ในภวสังสารนั้นแล ฯ ล้ำธุตังควัต ๑๓ นั้น ธุตังควัตฝูงใดเปนสัปปายะแก่จริตแห่งตนจุ่งสมาทานเอาแล้ว พ่ำเพงปฏิบัตยังธุตังควัตฝูงนั้น ด้วยอันหาผะหมาทบ่ได้ เพื่อหื้อได้พ้นจากทุกข์ในภวสงสารเถิงนิพพานอันสุขเสมหาไภยยะทุกข์โทสบ่ได้นั้นเทื่อ ฯ อิติ วิสุทฺธิมคฺเค อาคตนเยน เตรส ธุตงฺควินิจฺฉยกถา สมตฺตา กริยาอันพิจารณาแก้ไขยังธุตังควัต ๑๓ อัน ตามไนยะปาฬีแลอัตถกถาอันมาในวิสุทธิมัคค์ ก็บัวระมวลกาลควรเท่านี้ก่อนแล ฯ

จุฬศักกราชได้ ๑๒๓๘ ตัว เดือน ๔ ออก ๙ ค่ำ เมงวัน ๑ ไทยรวายยี่ ยามแตรสู่ค่ำสระเดจแล้วแล ปญฺญาภิกฺขุ พลว อุสฺสหลิกฺขิตฺต อตฺตโน โชฏกวรพุทฺธสาสนา ยาว ปญฺจสหสฺส สุทินฺนํ วต เมทานํ ธมฺมลิกฺขิตฺตทานํ อรหนฺตามคฺคผลนิพฺพานปจฺจโย โหนฺตุ เม นิจฺจํ ฯ ปัญญาภิกขุใส่ไว้ให้เปนผะโชนะแก่กุลบุดเจ้าทังหลายฝูงมักใคร่พ่ำเพง ปฏิบัตพายหน้า เพื่อหื้อเปนหนทางเข้าสู่เมืองฟ้าแลนิพพานแล นักผาดเจ้าทังหลายฝูงผะโยชนะด้วยเมืองฟ้าแลนิพพานจุ่งค่อยพิจารณาผ่อดูแลค่อยปฏิบัตพ่ำเพงไปตามสติกำลังแห่งตนเทอะ ก็เที่ยงว่าจักสมริทธิดั่งคำมักคำผาถะนาบ่อย่าชะแล.

ผูก ๔

๑. นโม พุทฺธาย ฯ โยคาวจรทังหลายฝูงจักกทำกัมมัฏฐาน มีต้นว่าพุทธคุณเจ้าหื้อชำระสีลหื้อบริสุทธ์ก่อน คือว่าภิกขุชำระจตุปริสุทธสีล สามเณรหื้อชำระสีลสิบ อุปาสกอุปาสิกาหื้อชำระสีล

๕ สีล ๘ ตามอันควรดีแล้วดั่งอั้น หื้อมีอามิสสะปูชามีต้นว่า เข้าตอกดอกไม้หื้อกทำเปน ๕ โกฐากไว้ ช่องหน้าพระพุทธเจ้าแล้ว ไหว้นบครบยำด้วยสักกัจจคารวะแล้ว หื้อนั่งถูกลักขณะชุอัน คือว่านั่งอย่า หื้อตีนไขว้กัน เอาปลายตีนกล้ำซ้ายซุกเข้าแค่งหน้องเบื้องขวา หื้อสันตีนกล้ำขวาชุหน้าแค่ง หื้อหัวเข่า ทัง ๒ ติดอาสนาแล้ว ตั้งตนหื้อซื่อ เอามือซ้อนกัน เบื้องซ้ายไว้ลุ่ม เบื้องขวาไว้บนแล้ว หลับตางับปาก แล้ว ระนึกในใจว่าสันนี้ พระพุทธเจ้าเปนที่เพิ่งแก่ข้า พระธัมมเจ้าเปนที่เพิ่งแก่ข้า พระสังฆเจ้าเปนที่ เพิ่งแก่ข้า อาจารย์เจ้าเปนที่เพิ่งแก่ข้า กัมมัฏฐานพระพุทธเจ้าทังมวล เปนที่เพิ่งแก่ข้า ข้าจักภาวนา พุทธคุณเจ้า หื้อได้สมาธิในอิริยาบถอันข้านั่งนี้ก็ดีหลี ฯ ผิบ่ได้สมาธิแม่นชิ้นบกเลือดข้าแห้ง เท่ายัง เขินขระดูกเอนคาดหนังแบ้อยู่ก็ดี ข้าก็จักภาวนาพุทธคุณเจ้าหื้อได้ปีติสมาธิดีหลีแล ขอจุ่งหื้อสมริทธิ แก่ข้าดีหลีเทอะ ล้ำบทสิบบทมีต้นว่า

๒ อรหํ อันรู้สำแดงคุณพระพุทธเจ้านั้น จักจำเริญบทใดก็ดี หื้อรู้แปลกับทังสรุปคุณ พระพุทธเจ้าแจ้งแท้ดีหลีแล้ว เยียะจำเริญภาวนาเทอะ ฯ อิติปิ โส ภควา อรหํ สมฺมาสมฺพุทฺโธ วิชฺชา จรณสมฺปนฺโน สุคโต โลกวิทู อนุตฺตโร ปุริสทมฺมสารถิ สตฺถา เทวมนุสฺสานํ พุทฺโธ ภควาติ ฯ อิติปิ โส ภควา อรหํ อิติปิ โส ภควา สมฺมาสมฺพุทฺโธ อิติปิ โส ภควา วิชฺชาจรณสมฺปนฺโน อิติปิ โส ภควา สุคโต อิ ติปิ โส ภควา โลกวิทู อิติปิ โส ภควา อนุตฺตโร อิติปิ โส ภควา ปุริสทมฺมสารถิ อิติปิ โส ภควา สตฺถา เทวมนุสฺสานํ อิติปิ โส ภควา พุทฺโธ อิติปิ โส ภควา ภควา ฯ ดั่งนี้หื้อรู้เมื่อแปล หื้อเอา อิติปิ โส ภควา อันต้นนั้นมารอมชุบทดั่งนี้แล เพิงรู้แปลกับทังสรุปคุณแห่งพระพุทธเจ้า กับวิธีอันจำเริญภาวนาสันนี้ แล ฯ โส ภควา อันว่าพระพุทธเจ้าตนนั้น อรหํ ได้ชื่อว่าอรหัง อิติปิ ด้วยเหตุนี้ก็ดี มักว่า อรหํ พระพุทธเจ้าตนไกลแล้วยิ่งนักแต่กิเลสธัมม์ อรหํ พระพุทธเจ้าตนข้าเสียแล้วยิ่งนัก ยังข้าเสิ้กคือกิเลส อรหํ พระพุทธเจ้าตนหักเสียแล้วยังกลำแห่งสังขารจัก

๓. สังขารจักอันนั้น ได้ปฏิจจสมุปปาทธัมม์อันเปนเหตุเปนผละแห่งกัน อวิชชาคือ โมหะเปนคะดุม เหตุมันเปนเคล้าเปนมูลแห่งบาปทังมวร มีธัมม์ ๑๐ จำพวก คือ สงฺขารา วิญฺญาณํ นามรูปํ สฬายตนํ ผสฺโส เวทนา ตณฺหา อุปาทานํ ภโว ชาติ นี้เปนกล่ำ(ลัง) เหตุเข้าเปนในท่ำกลางชรา มรณ เปนต้นเปนกง เหตุเขาเปนในที่แล้วแห่งภวแล ฯ พระพุทธเจ้าได้กำจัดตัดเสียแล้วยิ่งนัก ยังกลำ แห่งสังขารจักก์คือธัมม์ ๑๐ จำพวกนั้น ได้ชื่อว่าอรหัง อรหํ พระพุทธเจ้าตนควรยิ่งนักเซิ่งปูชาวิเส สแห่งคนแลเทวดาทังหลาย อันเปนแห่งพระควรรับเซิ่งทานคือตนผะเสริฐ ฯ อรหํ พระพุทธเจ้าได้ กำจัดตัดเสียแล้วตนบ่กทำบาป แม่นในที่สงัดพระพุทธเจ้าได้ชื่อว่าอรหัง ด้วยเหตุ ๕ อันเปนดั่งกล่าว มานี้แล ฯ สรุปคุณพระพุทธเจ้าได้อรหัตตมัคค อรหัตตผลแล เปนผะธานออกมาเปนคุณในบท ๕ อัน นั้นแล เหตุดั่งอั้นเมื่อจำเริญว่า อรหํ พระพุทธเจ้าตนไกลยิ่งนัก แต่กิเลสธัมม์ว่าอั้นก็ดี อรหํ พระพุทธเจ้าตนข้าเสียแล้วยิ่งนัก ยังข้าเสิ้กคือกิเลสว่าอั้นก็ดี อรหํ พระพุทธเจ้าตนหักเสียแล้วยิ่งนัก ยังกลำแห่งสังขารจักก์ว่าอั้นก็ดี อรหํ พระพุทธเจ้าตนควรยิ่งนักเซิ่งปูชาวิเสสแห่งคนแลเทวดาทังหลาย ว่าอั้นก็ดี อรหํ พระพุทธเจ้า

๔. ตนบ่กทำบาปในที่สงัดว่าอั้นก็ดี ก็หื้อเอาอรหัตตมัคค อรหัตตผล เปนอารัมมณะ เอา เข้ามาไว้ในหัวใจหื้อจำเริญภาวนาว่า อรหํ อรหํ ว่าอั้นเทอะ ฯ โส ภควา อันว่าพระพุทธเจ้าตนนั้น สมฺ มาสมฺพุทฺโธ ได้ชื่อว่าสัมมาสัมพุทโธ อิติปิ ด้วยเหตุอันนี้ก็ดี มักว่า สมฺมาสมฺพุทฺโธ พระพุทธเจ้าตนถรัสรู้ ยิ่งนักยังเญยยธัมม์ ๕ ผะการ ด้วยตนด้วยดีว่าอั้นแล เญยยธัมม์ ๕ ผะการนั้น คือ สังขาร ๑ วิการ ๑

ลักขณ ๑ นิพพาน ๑ ปัญญัตติ ๑ แล สังขาร ได้จิตทังมวรแลเจตสิกทังมวร นิปผันนรูป ๑๘ อากาส ธาตุ ๑ ได้อันแขวดหมู่รูปไว้บ่ให้เจือจานกันแล วิการได้วิการรูป ๕ คือ หทยวัตถุ ได้ฝังหัวใจ เลือด มีก้อนเนื้อหัวใจผะหมานเกิ่งฟายมือ ๑ แล ปัญญัตติ ๒ คือว่า กายวิญญัตติ อันหื้อท้วงติงตนแล วจีวิญญัตติ คือหื้อปากจาแลไห้แลใคร่หัวนั้นแล ลหุตาทิตยรูป ๓ คือ รูปสฺส ลหุตา คือวิการอันให้รูปเบาบ่ให้หนักเนิก(เนื้อ)ตน รูปสฺส มุทุตา คือวิการอันให้รูปอ่อนบ่ให้คะด้างแขง รูปสฺส กมฺมยตา คือวิการอันให้รูปกายควรแก่อิริยาบถอันนั่งนอนลุกเทียวง่าย วิการรูป ๕ แล ฯ ลักขณะ ได้ลักขณรูป ๔ คือว่า รูปสฺส อุปจโย คือว่าเกิดแห่งรูปหัวทีแต่ปฏิ

๕. สันธิไปต่อเท้าอายตนะไปบอระมวล รูปสฺส สนฺตติ คือว่าเกิดแห่งรูปพายหน้าอายตนบอระมวล รูปสฺส ชรตา คือว่าภาวอันเถ้าอันค่ำแห่งรูป รูปสฺส อนิจฺจตา คือภาวคืออันดับตายหายแห่งรูป ลักขณรูป ๔ แล ฯ นิพพานได้สังขาตธาตุปัญญัตติได้นามปัญญัตติมีต้นว่า ปถวี ปัพพโตนั้นแลอปัญญัตติได้มีต้นว่ารูปังวิญญาณัง สัทธานั้นแล เมื่ออันถรัสสัพพัญญูตัญญาณแห่งพระออกมาเปนคุณแล เมื่อจำเริญหื้อเอาสัพพัญญูตัญญาณเปนอารัมมณะแล ฯ โส ภควา อันว่าพระพุทธเจ้าตนนั้น วิชฺชาจรณสมฺปนฺโน อิติปิ ด้วยเหตุนี้อันนี้ก็ดีแล มักว่า วิชฺชาจรณสมฺปนฺโน พระพุทธเจ้าตนผะกอบด้วยผะหยา ๘ อันแล จรณธัมม์ ๑๕ ผะการว่าอั้นแล ผะหยา ๘ อัน คือวิปัสสนาญาณ ๑ ได้วิปัสสนาญาณ ๑๐ จำพวกคือ สัมมสนญาณ ๑ ได้ผะหยาอันพิจารณาดูรูปธัมม์นามธัมม์กับทังผะใจแห่งรูปแห่งนามว่าเปนอนิจจ ทุกข อนัตตาแล, อุทยวยญาณ ๑ ได้ผะหยาอันหันยังอันเกิดอันดับแห่งสังขารธัมม์, มุญจิตุกัมยตาญาณ ๑ ได้ผะหยาอันมักใคร่ทอดใคร่วางเสียยังสังขารธัมม์, ปฏิสังขารญาณ ๑ ได้ผะหยาอันหันลักขณะแห่งสังขารธัมม์แจ้งนัก, สังขารุเปกขญาณ ๑ ได้ผะหยาอัน

๖. บ่ยินดีบ่ยินร้ายเซิ่งสังขารธัมม์ เหตุได้นวดฟื้นนักแต่ก่อน, อนุโลมญาณ ๑ ได้ผะหยาอันเปนในมัคควิถี คือปริกัมมอุปจารอนุโลมอันเปนถัด ๗๙ นั้นแล ทังมวรนี้เปนอัน ๑ แล, มโนมยิทธิญาณ ๑ ได้ผะหยาอันเนรมิตซร่างตน ๑ กับซร่างตนอันเปนปักกตินั้นแล ถัดตนอันเปนปักกตินั้นออกจากตนอันก่อนนั้น เปนดั่งท่านถอดดาบออกจากฝักนั้นแล, อิทธิวิธีญาณ ๑ ได้ผะหยาอันรู้เนรมิตรูปอันเดียวหื้อเปนร้อยเปนพันเนรมิตรูปละร้อยละพันหื้อเปนอันเดียวก็ได้, ทิพพโสตาญาณ ๑ ได้ผะหยาอันรู้สัททารมณ์แม่นอยู่ไกลเท่าใดก็ได้ยินดุจดั่งได้ยินด้วยหูดีหลี, ปุพเพนิวาสานุสติญาณ ๑ ได้ผะหยาอันระนึกรู้ชาติแรกแต่ปฏิสันธิคืนเมือหลัง แม่นได้อเนกชาติก็อาดรู้ได้, ทิพพจักขุญาณ ๑ ได้ผะหยาอันหันรูปารัมมณะ แม่นอยู่ไกลเท่าใดก็ดี ก็หันดุจดั่งหันด้วยตาแท้ดีหลี, ปรจิตตวิชานน ๑ ได้ผะหยาอันรู้ใจผู้อื่นพายหน้า ๗ วัน พายหลัง ๗ วัน ผะหยา ๖ ลูกแต่มโนมยิทธิญาณมาเถิงหนี้ชื่อว่าโลกิยอภิญญาณ ๗ จัดแท้ได้รูปาวรกิริยา ปัญจมฌานเมือเปนอภิญญาณนั้นแล อาสวักขยญาณ ๑ ได้อรหัตตมัคคญาณ อันหื้อสิ้นอาสวธัมม์ทังมวรนั้นแล ลูกนี้ชื่อว่า

๗. โลกุตตรอภิญญาณแล ได้ผะหยา ๘ อันแล ฯ จรณะ ๑๕ คือสีลสังวโร ๑ ได้สีลอันเปนโลกิยะโลกุตตระทังมวร ฯ อินทรียสังวโร ๑ ได้สติอันรักสายังทวารทัง ๖ บ่หื้อบาปเกิดได้ ฯ โภชเนมัตตัญญุตา ๑ ได้ผะหยาอันรู้ผะหมานในอันรับแลบริโภคยังผะไจทัง ๔ มีต้นว่าจีวร ฯ ชาคริยานุโยโค ๑ ได้วิริยะอันตื่นจักอันหลับคือกิเลสแล ฯ สัทธา ๑ หิริ ๑ โอตตัปปะ ๑ พหุสัจจะ ๑ ได้สัพพัญญูตัญญาณ ๑ วิริยะ ๑ สติ ๑ ปัญญา ๑ ฌาน ๔ คือ ปถมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน อันนี้ตามจตุกกเนยทังมวรเปน ๑๕ แล เมื่ออันได้ผะหยา ๘ ลูก จรณธัมม์ ๑๕ นั้น ออกมาเปนคุณแล เมื่อ

จำเริญภาวนาเอาผะหยา ๘ อันแลจรณธัมม์ ๑๕ นั้นเปนอารัมมณะแล เอาทังมวรได้ก็ดี เอาละอันละเทื่อก็ดีแล ฯ ๓ ฯ โส ภควา อันว่าพระพุทธเจ้าตนนั้น สุคโต ชื่อว่า สุคโต อิติปิ ด้วยเหตุอันนี้ อันนี้แล มักว่า สุคโต พระพุทธเจ้าตนอันมีอันไกลยิ่งนัก คืออันผาสะจากโทส สุคโต พระพุทธเจ้าตนเถิงยิ่งนักที่อันงามคือนิพพาน สุคโต พระพุทธเจ้าตนไปดีนักคือบ่คืนมาสู่กิเลส อันได้ละเสียแล้วด้วยมัคคอันนั้น อันนั้นแปล ๓ เนยยะนี้ได้มัคคญาณ ๔ ออกมาเปนคุณแล เมื่อจำเริญหื้อเอามัคคญาณทัง ๔ เปนอารัมมณะแล สุคโต

๘. พระพุทธเจ้าตนกล่าวคำอันควรยิ่งนักเมื่อใด อันได้เทสนา ญาณ คือ สัพพัญญูตัญญาณออกมาเปนคุณ เมื่อจำเริญหื้อเอาสัพพัญญูตัญญาณเปนอารัมมณะแล ฯ ๔ ฯ โส ภควา อันว่าพระพุทธเจ้าตนนั้น โลกวิทู อิติปิ ด้วยเหตุอันนี้ อันนี้ก็ดีแล มักว่า โลกวิทู พระพุทธเจ้าตนรู้ยิ่งนัก ยังโลกทัง ๓ คือ สังขารโลก สัตตโลก โอกาสโลก บ่เสสะหลอแล, สังขารโลกได้จิตทังมวร เจตสิกทังมวร รูปทังมวรอันเปนอินทรียพัทธ อนินทรียพัทธ, สัตตโลกได้นามปัญญัตติแห่งขันธะ อันติดเนื่องด้วยอินทรีย์มีต้นว่า เทว มนุสโส พรหมานั้นแล, โอกาสโลกได้นามปัญญัตติแห่งขันธะ อันบ่ติดเนื่องด้วยอินทรีย์มีต้นว่า จักรวาฬอันมากนักนั้นแล เมื่ออันได้ผะหยาทังหลาย คือสัพพัญญูตัญญาณ ๑ อินทรียปโรปริยัตติญาณ ๑ ได้ผะหยาอันรู้อินทรีย์มีต้นว่า สัทธาอันแก่บ่แก่รู้ อันมีกิเลสน้อยบางอันควรสอนได้ อันมีกิเลสอันมากอันบ่ควรสอนได้ รู้อันหื้อรู้ง่าย อันหื้อรู้ยากรู้ อันอาการอันดีอาการบ่ดีแห่งสัตทังหลายแล, อาสยานุสติญาณ ๑ ได้ผะหยาอันรู้บุญสมพาน คือสัมมสนญาณแล สัสสตทิฏฐิแลปาปมีต้นว่าราคะอันนอนอยู่ในสันตารสัตทังหลาย, อเนกธาตุ นานาธาตุญาณ ๑ ได้ผะหยา

๙. อันรู้ธาตุอันมากมีต้นว่า ปถวีธาตุอันมีในโลกธาตุอันมากนัก อันมีในสันตารแห่งสัตแลในสิ่งมีต้นไม้แลแผ่นดินนั้นแล ผะหยาฝูงนี้ออกมาเปนคุณ เมื่อจำเริญหื้อเอาผะหยาฝูงนั้นเปนอารัมมณะแล ฯ ๕ ฯ โส ภควา อันว่าพระพุทธเจ้าตนนั้น อนุตฺตโร ชื่อว่าอนุตฺตโร อิติปิ ด้วยเหตุอันนี้ อันนี้ก็ดี มักว่า อนุตฺตโร พระพุทธเจ้าตนหาปุคคละผู้จักยิ่งด้วยคุณทังหลายบ่ได้ มีต้นว่าสีลคุณว่าอั้นแล เมื่ออันได้พุทธคุณอันเปนโลกิยะโลกุตตระทังมวร ออกมาเปนคุณเมื่อจำเริญหื้อเอาพุทธคุณทังมวรมีต้นว่าอรหัตตมัคคญาณ สัพพัญญูตัญญาณเปนอารัมมณะแล ฯ ๖ ฯ โส ภควา อันว่าพระพุทธเจ้าตนนั้น ปุริสทมฺมสารถิ ชื่อว่าปุริสทัมมสารถิ อิติปิ ด้วยเหตุอันนี้ อันนี้ก็ดี มักว่า ปุริสทมฺมสารถิ พระพุทธเจ้าตนสอนสัตทังหลายฝูงควรสอนด้วยเนยยอันสอนต่าง ๆ ว่าอั้นแล เมื่ออันได้อิทธิวิธีญาณ เทสนาญาณ อสาธารณญาณ ๖ อัน คือมหากรุณาสมาบัติญาณ ยมกปฏิหาริยญาณ อินทรียปโรปริยติญาณ อาสยานุสติญาณ อนาวรณญาณ สัพพัญญูตัญญาณ มีต้นดั่งนี้ออกมาเปนคุณแล เมื่อจำเริญหื้อเอาผะหยาฝูงนั้นเปนอารัมมณะแล ฯ ๗ ฯ โส ภควา อันว่าพระพุทธเจ้าตนนั้น สตฺถา

๑๐. เทวมนุสฺสานํ ชื่อว่าสัตถา เทวมนุสสานัง อิติปิ ด้วยเหตุอันนี้ อันนี้ก็ดีแล มักว่า สตฺถา เทวมนุสฺสานํ พระพุทธเจ้าตนสอนไจ้ ๆ ยังคนแลเทวดาทังหลายในผะโยชนะอันมีในอัตตภาวะอันนี้อันหน้าว่าอั้นแล เมื่ออันได้ผะหยามีต้นว่า อิทธิวิธีญาณ เทสนาญาณ อสาธารณญาณ ๓ ออกมาเปนคุณแล เมื่อจำเริญหื้อเอาผะหยาฝูงนั้นออกมาเปนอารัมมณะ เอาเข้ามาไว้ในหัวใจเราหนี้แล้ว จำเริญว่า สตฺถาเทวมนุสฺสานํ ว่าอั้นแล ฯ ๘ ฯ โส ภควา อันว่าพระพุทธเจ้าตนนั้น พุทฺโธ ชื่อว่าพุทโธ อิติปิ ด้วยเหตุอันนี้ อันนี้ก็ดี มักว่า พุทฺโธ พระพุทธเจ้าตนถรัสรู้ยังสัจจธัมม์ ๔ ผะการ คือทุกขสัจจะ สมุททยสัจจะ ทุกขนิโรธสัจจะ ทุกขมัคคสัจจะ รู้ทุกขสัจจะด้วยปริญญากิจจะอันแขวดกฏหมาย รู้ทุกขสมุ

ททยสัจจะ ด้วยปหานกิจจะคือกิจจะอันละ รู้ทุกขนิโรธสัจจะ ด้วยสัจฉิกิริยากิจจะคือกิจจะอันกทำหื้อแจ้งคือเอาเปนอารัมมณะ รู้มัคคสัจจะ ด้วยภาวนากิจจะคือกิจจะอันจำเริญ เมื่ออันได้สัจจะญาณ ๔ ลูกออกมาเปนคุณแล เมื่อจำเริญหื้อเอามัคคญาณเปนอารัมมณะแล พุทฺโธ อันว่าพระพุทธเจ้าตนสั่งสอนสัตหื้อถรัสรู้สัจจธัมม์ ๔ ผะการ เมื่ออันได้สัพพัญญูตัญญาณ อันเปนด้วยอาการอันเทสนาออกมาเปนคุณแล เมื่อจำเริญหื้อเอาสัพพัญญู

๑๑. ตัญญาณเปนอารัมมณะแล ฯ ๙ ฯ โส ภควา อันว่าพระพุทธเจ้าตนนั้น ภควา ชื่อว่า ภควา อิติปิ ด้วยเหตุอันนี้ อันนี้ก็ดี มักว่า ภควา พระพุทธเจ้าตนมีบุญคือปารมีธัมม์มีต้นว่าทาน เมื่ออันได้ปารมีธัมม์ ๓๐ ทัสออกมาเปนคุณ เมื่อจำเริญหื้อเอาปารมี ๓๐ นั้นเปนอารัมมณะแล ภควา อันว่าพระพุทธเจ้าตนหักเสียยังแล้วยิ่งนัก ยังมาร ๕ จำพวก คือกิเลสมาร ๑ ได้กิเลส ๑๐ มีต้นว่าโมโห, ขันธะมาร ๑ ได้ขันธะมาร ๕ มีต้นว่ารูปขันธะอันเปนโลกิยะ, อภิสังขารมาร ๑ ได้อกุสลเจตนา ๑ ๒ ลูกนี้ได้โลกิยกุสลเจตนา ๑๗ ลูกแล, เทวปุตตมาร ได้พญามารผู้ชื่อว่าปชาปติอันอยู่ในชั้นฟ้าชื่อว่าปรินิมมิตวสวตินั้นแล, มัจจุมาร ได้จุติจิตเมื่ออันเอาอรหัตตผละออกมาเปนคุณแล เมื่อจำเริญหื้อเอาอรหัตตผละเปนอารัมมณะแล ฯ ภควา พระพุทธเจ้าตนมีคุณอันยิ่งนัก ๖ อัน อันเปนผละแห่งปารมีธัมม์มีต้นว่าหื้อทาน คุณ ๖ อันนั้น คือ สกจิตเต อิสฺสริยํ คืออันเปนเหตุในใจแห่งตนก็ดี โลกุตฺตรธมฺโม คือโลกุตตรธัมม์ ติโลกุตฺตรพฺยาปโก ยโส คือยศอันเรื่องลือไปทั่วโลกทัง ๓ หนึ่ง รูปกายสิริ คืออันงามแห่งตนพระพุทธเจ้าก็ดี อิจฺฉิตนิปฺปตฺติกาโม คือความอันมักหื้อแล้วผะโยชนะตามอันตนมักก็ดี สมฺมาวายามปยตฺโต คือปยัตตกล่าว

๑๒. คือว่ากทำเพียรด้วยดีก็ดี เมื่ออันได้คุณ ๖ อันนั้นออกมาเปนคุณแล เมื่อจำเริญหื้อเอาคุณ ๖ อันนั้นเปนอารัมมณะแล ฯ ภควา อันว่าพระพุทธเจ้าตนมีอันแจกธัมม์ทังหลาย มีต้นว่าอกุสละอันต่าง ๆ ด้วยสิ่งมีต้นว่าขันธะ อายตนะ ธาตุ สัจจะ อินทรียะ ปฏิจจสมุปปาทธัมม์ทังหลาย เมื่ออันได้สัพพัญญูตัญญาณแห่งพระอันเปนด้วยอันแจกธัมม์ทังหลายฝูงนั้นออกมาเปนคุณแล เมื่อจำเริญหื้อเอาสัพพัญญูตัญญาณเปนอารัมมณะแล ฯ ภควา อันว่าพระพุทธเจ้าตนมีอันเสพยังธัมม์ทังหลายคือทิพพวิหาร ๑ ได้รูปาวจรกริยา ฌาน ๕ พรหมวิหาร ๑ ได้ พรหมวิหาร ๕ มีต้นว่าเมตตาพรหมวิหาร ๑ แล อริยวิหาร ๑ ได้อรหัตตผล กายวิเวก ๑ ได้อันสงัดแห่งตน จิตตวิเวก ๑ ได้อันสงัดจากบาปแห่งใจคือสิ่งมีต้นว่าฌาน อุปวิวิเวก ๑ ได้อันสงัดจากกิเลสคือนิพพาน สุญญตวิโมกข ๑ อัปปณิหิตวิโมกข ๑ อนิมิตตวิโมกข ๑ วิโมกข ๓ อันนี้ ได้อรหัตตผลลูกเดียวแล แม่นยังโลกิยโลกุตตรธัมม์ฝูงอื่นก็ดีแล เมื่ออันได้ธัมม์อันพระพุทธเจ้าเสพมีต้นว่าทิพพวิหารนั้นออกมาเปนคุณแล เมื่อจำเริญหื้อเอาธัมม์ทังหลายฝูงนั้นเปนอารัมมณะแล ฯ ภควา พระพุทธเจ้าตนมีตัณหาอันไปในภวะทัง ๓ หาก

๑๓. ได้คลี่เสียแล้วยิ่งนัก เมื่ออันได้อรหัตตผลแห่งพระออกมาเปนคุณแล เมื่อจำเริญหื้อเอาอรหัตตผลเปนอารัมมณะแล พระพุทธเจ้าได้ชื่อว่า ภควา ด้วยเหตุ ๖ อันดั่งกล่าวมานี้แล ฯ ๑๐ ฯ พันคุณพระพุทธเจ้าอันเราสรุปออกมาในบททังหลายมีต้นว่า อรหํ สันนี้ เท่ายกคุณอันเปนผะธานออกมาดาย ด้วยแท้บทละอันมีต้นดั่ง อรหํ นั้นรู้สำแดงคุณพระพุทธเจ้าทังมวรบ่เสสสะหลอได้ดีหลีดาย พุทฺธานุสติสมตา ฯ โยคาวจรตนใดจักจำเริญภาวนาธัมมานุสติเจ้า หื้อร่ำเพิงดูคุณแห่งพระสะธัมม์เจ้าด้วยผะการ ๖ อันสันนี้ ฯ สฺวากขาโต ภควตา ธมฺโม สนฺทิฏฺฐิโก อกาลิโก เอหิปสฺสิโก โอปนยิโก ปจฺจตฺตํ เวทิตพฺโพ วิญฺญูหีติ อันนี้หื้อรู้แปลก็ดี เมื่อภาวนาก็ดี หื้อเอา ธัมโม ตัวบทนั้นมาต่อชุบทแล ฯ สฺวากฺขา

โต ภคตา ธมฺโม ธัมม์อันพระพุทธเจ้ากล่าวดีนัก คืองามในต้นในท่ำกลางในที่แล้ว อันมีอัตถะก็เตมบัวระมวลดีนัก มีสัททาก็เตมบัวระมวลดีนัก เมื่ออันได้ปริยัตติธัมม์ออกมาเปนคุณแล เมื่อจำเริญหื้อเอามัคคญาณ ๔ เปนอารัมมณะแล สฺวากฺขาโต ภควตา ธมฺโม ธัมม์อันพระพุทธเจ้ากล่าวดีนักคืออันร่ำงับกิเลสธัมม์ทังมวร เมื่ออันได้ผละ ๔

๑๔. นิพพาน ๑ ออกมาเปนคุณแล เมื่อจำเริญหื้อเอาผละ ๔ นิพพาน ๑ เปนอารัมมณะแล บทว่า สฺวากฺขาโต ภควตา ธมฺโม อันต้นนั้นได้ธัมมคุณทัง ๑๐ คือ โลกุตตรธัมม์ ๙ ปริยัตติธัมม์ ๑ เปน ๑๐ แล ฯ ๑ ฯ สนฺทิฏฺฐิโก ธมฺโม ธัมม์อันอริยเจ้าเพิงหันด้วยตนบ่ด้วยอันเชื่อคำท่านผู้อื่น ได้โลกุตตรธัมม์ ๙ ผะการ ออกมาเปนคุณเมื่อจำเริญหื้อเอาโลกุตตรธัมม์ ๙ ผะการ เปนอารัมมณะแล ฯ ๒ ฯ อกาลิโก ธมฺโม ธัมม์อันบ่มีกาลอันจักมาขั้น คือหื้อผลในที่อันถัดกาลอันเปนแห่งต้นสิ่งเดียว เมื่ออันได้มัคคญาณ ๔ เปนคุณ เมื่อจำเริญหื้อเอามัคคญาณ ๔ เปนอารัมมณะแล ฯ ๓ ฯ เอหิปสฺสิโก ธมฺโม ธัมม์อันควรเซิ่งวิธีอันเรียกใจเตือนใจแห่งตน หื้อเลงดูไจ้ ๆ ว่า เอหิปสฺสิ ว่าอั้น เหตุธัมม์อันนั้นมีแท้บัวริสุทธ์แล ได้โลกุตตรธัมม์ ๙ ออกมาเปนคุณ เมื่อจำเริญหื้อเอาโลกุตตรธัมม์ ๙ เปนอารัมมณะแล ฯ ๔ ฯ โอปนยิโก ธมฺโม ธัมม์อันควรเซิ่งอันนำเอามาในใจแห่งตนด้วยอันจำเริญแลด้วยอันกทำหื้อแจ้ง เมื่ออันได้โลกุตตรธัมม์ ๙ ออกมาเปนคุณ เมื่อจำเริญหื้อเอาโลกุตตรธัมม์ ๙ เปนอารัมมณะแล ฯ ๕ ฯ ปจฺจตฺตํ เวทิตพฺโพ ธมฺโม วิญฺญูหิ ธัมม์ผู้มีผะหยาเพิงรู้ในตนแห่งตนว่าสันนี้ มคฺโค เม ภาวิโต มัคคกูได้จำเริญแล้วแล ผลํ

๑๕. เม อธิคตํ ผละกูได้เถิงแล้วแล นิโรโธ เม สจฺฉิกโต นิพพานกูก็ได้กทำหื้อแจ้งแล้วแล ได้โลกุตตรธัมม์ ๙ ผะการเปนคุณแล เมื่อจำเริญหื้อเอาโลกุตตรธัมม์ ๙ ผะการ เปนอารัมมณะแล ฯ ธมฺมานุสฺสติสมตา ฯ โยคาวจรเจ้าตนจักจำเริญภาวนาสังฆานุสติเพิงระนึกสันนี้ สุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ อุชุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ ญายปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ สามีจิปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ ยทิทํ จตฺตาริ ปุริสยุคานิ อฏฺฐปุริสปุคฺคลา เอส ภควโต สาวกสงฺโฆ อาหุเนยฺโย ปาหุเนยฺโย ทกฺขิเนยฺโย อญฺชลีกรณีโย อนุตฺตรํ ปุญฺญกฺเขตฺตํ โลกสฺสาติ ฯ สุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ สังฆะคือหมู่แห่งสาวกอันฟังคำสอนพระพุทธเจ้าปฏิบัตดีนัก อันควรแก่โลกุตตรธัมม์ดีหลี ฯ อุชุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ สังฆคือหมู่แห่งสาวกอันฟังคำสอนพระพุทธเจ้าปฏิบัตซื่อนัก เหตุสังฆะปฏิบัตเพื่อหื้อละเสียยังอันคดด้วยตนด้วยปากด้วยใจแล ฯ ญายปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ สังฆะคือหมู่แห่งสาวกอันฟังคำสอนแห่งพระพุทธเจ้า ปฏิบัตเพื่อผะโยชนะนิพพานสิ่งเดียวแล ฯ สามีจิ

๑๖. ปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ สังฆะคือหมู่แห่งสาวกอันฟังคำสอนแห่งพระพุทธเจ้าปฏิบัตควรครบควรยำยิ่งนัก ฯ ยทิทํ จตฺตาริ ปุริสยุคานิ อันว่าคุณแห่งปุริสะ ๔ อันฝูงใดชา คือผู้ตั้งอยู่ในโสตาปฏิมัคคะ ในโสตาปฏิผละเปนคู่หนึ่ง ผู้ตั้งอยู่ในสกิทาคามัคคะ ในสกิทาคามีผละเปนคู่หนึ่ง ผู้ตั้งอยู่ในอนาคามัคคะ ในอนาคาผละ เปนคู่หนึ่ง ผู้ตั้งอยู่ในอรหัตตมัคคะ ในอรหัตตผละเปนคู่หนึ่งแล ฯ ยทิทํ อฏฺฐปุริสปุคฺคลา ปุคคละ ๘ จำพวกฝูงใดชา คือปุคคละอันตั้งอยู่ในมัคคะ ๔ อันตั้งอยู่ในผละ ๔ ฯ เอส ภควโต สาวกสงฺโฆ สังฆะคือหมู่แห่งสาวกอันฟังคำสอนพระพุทธเจ้าอันเปนคู่ ๔ อัน อันเปนปุคคละ ๘ จำพวกนั้น ฯ อาหุเนยฺโย อันควรรับเอาทานอันคนแลเทวดานำมาแต่ไกลแลหื้อ ฯ เอส ภควโต สาวกสงฺโฆ สังฆะคือหมู่แห่งสาวกอันฟังคำสอนแห่งพระพุทธเจ้าอันเปนคู่ ๔ อัน อันเปนปุคคละ ๘ จำพวกนั้น ฯ ปาหุเนยฺโย อันควรรับเอาทานอันคนทังหลายแต่งไว้แก่คนฝูงมาเปนแขก ฯ

เอส ภควโต สาวกสงฺโฆ สังฆะคือหมู่แห่งสาวกอันฟังคำสอนแห่งพระพุทธเจ้าอันเปนคู่ ๔ อัน อันเปนปุคคละ ๘ จำพวก ฯ ทกฺขิเนยฺโย อันควรรับเอาทานแห่งคนแลเทวดาอันเชื่อปรโลกพายหน้าแล้วแลหื้อ ฯ เอส ภควโต

๑๗. สาวกสงฺโฆ สังฆะคือหมู่แห่งสาวกอันฟังคำสอนแห่งพระพุทธเจ้าอันเปนคู่ ๔ อัน อันเปนปุคคละ ๘ จำพวกนั้น ฯ อญฺชลีกรณีโย อันควรเชิ่งกัมม์อันคนแลเทวดายอมือไว้ทัง ๒ ตั้งไว้ในหัวแล้วแลไหว้นบครบยำ ฯ เอส ภควโต สาวกสงฺโฆ สังฆะคือหมู่แห่งสาวกอันฟังคำสอนพระพุทธเจ้าอันคู่ ๔ อัน อันเปนปุคคละ ๘ จำพวกนั้น ฯ อนุตฺตรํ ปุญฺญกฺเขตฺตํ โลกสฺส อันเปนที่เกิดแห่งบุญเปนดั่งนาเปนที่เกิดแห่งเข้ากล้า อันอุตตมะดีนักแก่โลกทังมวรนั้นแล ฯ บทอันสำแดงคุณแห่งสังฆมี ๙ บท คือ สุปฏิปันโน ภควโต สาวกสังโฆ ๑ อุชุปฏิปันโน ภควโต สาวกสังโฆ ๒ ญายปฏิปันโน ภควโต สาวกสังโฆ ๓ สามีจิปฏิปันโน ภควโต สาวกสังโฆ ๔ อาหุเนยโย สังโฆ ๕ ปาหุเนยโย สังโฆ ๖ ทักขิเนยโย สังโฆ ๗ อัญชลิกรณีโย สังโฆ ๘ อนุตตรัง ปุญญักเขตตัง สังโฆ ๙ อันนี้ได้มัคค ๔ ผละ ๔ ออกมาเปนคุณแห่งสังฆะในบท ๙ อันนั้นชุบท เหตุดั่งอั้นเมื่อจำเริญบทใดก็ดี หื้อเอามัคคะ ๔ ผละ ๔ เปนอารัมมณะ เอาเข้ามาไว้ในหัวใจหั้น หื้อจำเริญมีต้นว่า สุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ ว่าอั้นเทอะ ฯ สังฆานุสติปริปุณณา สมัตตา ฯ โยคาวจรตนจักจำ

๑๘. เรินเมตตา หื้อสมมาพระแก้วเจ้า ๕ จำพวกก่อนเทอะ เมื่อจักจำเริญพรหมวิหารหื้อเมตตาตนก่อนแล ฯ อหํ สุขิโต โหมิ นิทฺทุกฺโข อหํ อเวโร โหมิ อหํ อุพยาปชฺโฌ โหมิ อหํ อนีโฆ โหมิ อหํ สุขํ ฯ อหํ อันว่ากู สุขิโต มีสุข นิทฺทุกฺโข หาทุกข์บ่ได้ โหมิ มีแล, อหํ อันว่ากู อเวโร หาเวรบ่ได้ โหมิ มีแล, อฺพยาปชฺโฌ อหํ อันว่ากู อฺพยาปชฺโฌ หาพยาธิบ่ได้ โหมิ มีแล , อหํ อันว่ากู อนีโฆ หาโทสบ่ได้ โหมิ มีแล , อหํ อันว่ากู สุขํ เปนสุข นิทฺทุกฺโข หาทุกข์บ่ได้ โหมิ มีแล ฯ เมตตาตนสันนี้ก่อนแล้ว หื้อว่า อหํ สุขิโต โหมิ นิทฺทุกฺโข ๓ ที ว่า อหํ สุขํ ไปไจ้ ๆ เทอะ ฯ โยคาวจรเมตตาตนแล้ว หื้อเมตตาแผ่ไมตรีไปแก่สัตทังมวรสันนี้เล่าว่า สพฺเพ สตฺตา สุขิตา โหนฺตุ สพฺเพ สตฺตา อเวรา โหนฺตุ สพฺเพ สตฺตา อฺพยาปชฺฌา โหนฺตุ สพฺเพ สตฺตา อนีฆา โหนฺตุ ฯ สพฺเพ สตฺตา อันว่าสัตทังหลายมวล สุขิตา อันมีสุข โหนฺตุ จุ่งมีเทอะ, สพฺเพ สตฺตา อันว่าสัตทังหลายมวล อเวรา หาเวรบ่ได้ โหนฺตุ จุ่งมีเทอะ, สพฺเพ สตฺตา อันว่าสัตทังหลาย อฺพยาปชฺฌา หาพยาธิบ่ได้ โหนฺตุ จุ่งมีเทอะ, สพฺเพ สตฺตา อันว่าสัตทังหลายมวล อนีฆา หาโทสบ่ได โหนฺตุ จุ่งมีเทอะ ฯ สตฺตา อันว่าสัตทังหลาย

๑๙. สุขิตา มีสุขทุกตนทุกตัวเทอะ สพฺเพ สตฺตา สุขิตา โหนฺตุ ๓ ที ฯ สตฺตา สุขี ๓ ที ฯ สัตสุข สัตสุขไปไจ้ ๆ เทอะ เมตฺตาพฺรหมวิหาร สมตฺตา ฯ โยคาวจรตนจักภาวนายังทิฏฐิวิสุทธิ กังขาวิตรณวิสุทธิญาณแลวิปัสสนาญาณกัมมัฏฐานนั้น หื้อสมมาพระแก้ว ๕ จำพวกก่อนแล้ว หื้อไปนั่งอยู่ที่ในที่สงัดพัพพะแนงเชิงแล้ว หื้อภาวนาสมถกัมมัฏฐานคือ พุทธานุสติกัมมัฏฐานก็ดี เมตตากัมมัฏฐานอันหนึ่งก็ดี ๒ อันไปก่อนพอหื้ออุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิเกิดเปนไปแล้ว หื้อวางสมถกัมมัฏฐานไว้แล้ว เลิกอัญชุลีขึ้นแล้ว หื้อระนึกเอาพระแก้ว ๕ จำพวกเปนที่เพิ่งว่า ฯ อปฺปมาโณ พุทฺโธ อปฺปมาโณ ธมฺโม อปฺปมาโณ สงฺโฆ พระพุทธเจ้ามีคุณอันมากหาผะหมานบ่ได้ พระนวโลกุตตรธัมม์แลปริยัตติธัมม์มีคุณอันมากบ่อาดนับได้ พระสังฆเจ้าก็ทรงคุณอันมากหาผะหมานบ่ได้แท้แล ฯ พุทฺโธ เมนาโถ ฯลฯ กมฺมฏฺฐานทายกาจริโย เมนาโถ ฯ พุทฺโธ เม นาโถ พระพุทธเจ้าตนถรัสรู้จตุราริยสัจจะธัมม์เปนที่เพิ่ง

แก่ข้า ธมฺโม เม นาโถ พระนวโลกุตตรธัมม์เจ้า ๙ ผะการ สิบกับทังปริยัตติธัมม์เปนที่เพิ่งแก่ข้า สงฺโฆ เม นาโถ พระสังฆเจ้า ๒ จำพวก คือสมุตติสังฆแลอริยสัง

๒๐. ฆเจ้าเปนอเนกคุณธารเปนที่เพิ่งแก่ข้า กมฺมฏฺฐานํ เม นาถํ กัมมัฏฐานเจ้า ๒ จำพวก คือสมถกัมมัฏฐานแลวิปัสสนากัมมัฏฐานเปนที่เพิ่งแก่ข้า กมฺมฏฺฐานทายกาจริโย เม นาโถ อาจารตน สั่งสอนธัมมกัมมัฏฐานทังมวรเปนที่เพิ่งแก่ข้า เพื่อหายอัชฌัตตพหิทธาอนตรายทังมวรดีหลี ผู้ข้าจัก ภาวนาวิปัสสนากัมมัฏฐานเจ้า เพื่อหื้อสิ้นทุกข์สุดทุกข์แห่งข้า ทิฏฐิวิสุทธิญาณ กังขาวิตรณวิสุทธิญาณ แลวิปัสสนาญาณทังหลาย ๑๐ ดวงอันผะเสริฐ มีสัมมสนญาณเปนต้น จุ่งเกิดเปนไปในกายจิตแห่งข้า ในอิริยาบถอันนี้แท้ดีหลีเทอะ อิทํ พฺยามมตฺตํ กเฬวรํ ซากตนผีดิบอันนี้ มาตรากว้างสอกยาววาหนา คืบมือหนึ่ง พายบนมีปลายผมเปนที่สุด พายใต้ต่ำมีพื้นตีนเปนแดน ลวงขวางมีผิวหนังเปนที่สุด พายใน ผิวหนังนั้นมีแผ่นหนังอันใหญ่หากเกี้ยวพอกรอดชุกล้ำชุพาย มีแท่งชิ้นทังหลาย ๓ ร้อยแท่งหากติด พอกรอดห่อขะดูก(กระดูก)ไว้ มีเอนใหญ่ ๙ ร้อย น้อย ๗ พันเส้นหากคราด หากผู้มีซร่างดูก ๓ ร้อย ท่อน ติดต่อสืบกันขึ้นพายบน มีขะหมองดูกเปนที่สุด ตั้งอยู่พายในเตมไปด้วยอสุภโกฐาก ซากผี ๓๒ มาประสุมชุมนุมกองกันอยู่ควรกิเลียดด้วยวัณณะ สัณฐาน คันธะ อาสยะแลโอกาสะ มาตราว่าเปน กองธาตุได้ ๔๒ โกฐาก

๒๑. ผาสะจากสัตตชีวจัดแท้ เท่าเปนอุปาทานขันธะ ๕ จัดเปนอายตนะได้ ๑๒ เปนกอง ธาตุได้ ๑๘ แขวดเปนนามรูป ๒ ผะการ หย้อแท้เท่าเปนกองสังขารธัมม์อันเดียวสิ่งเดียวแล ฯ นามรูปํ มตฺตเมวิทํ พฺยามมตฺตํ กเฬวรํ ซากตนผีเน่าอันนี้ มาตรากว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่ง มาตราเท่า เปนรูปแลนามสิ่งเดียวแล รูปนลกฺขณํ รูปํ นมนลกฺขณํ นามํ อิทํ นามรูปํ อญฺญมญฺญํ นิสฺสิตํ ปงฺคุลนฺธสทิสํ ฯ รูปํ อันว่ารูปธัมม์ทังมวรนี้ รูปนลกฺขณํ มีกริยาอันรู้แตกม้างสิบหายไปด้วยวิรุทธผะไจ คือ สีตแลอุณหเปนลักขณะ นามํ อันว่านามธัมม์ ๕ จำพวก นมนลกฺขณํ มีกริยาอันรู้น้อมไปสู่อารัมมณะ พันนักเปนลักขณะ อิทํ นามรูปํ อันว่ารูปแลนามทัง ๒ นี้ อญฺญมญฺญํ นิสฺสิตํ เท่ามาอาไสรเซิ่งกัน จิ่ง หื้อแล้วยังกัมม์แลกิจจะอิริยาบถทังมวร ปงฺคุลนฺธสทิสํ เสมอดั่งเปี้ยแลตาบอดมาอาไสรเซิ่งกันจิ่งหื้อ แล้วยังการอันไปอันมากับด้วยกันในที่ทุกแห่งนั้นแล นามรูปํ อันว่านามรูปคือว่าใจแลตนนี้ นิสตฺโต บ่ใช่สัต นิชีโว บ่ใช่ชีวิต น ปุคฺคโล บ่ใช่ปุคคละ น เทโว บ่ใช่เทวดา น มนุสฺโส บ่ใช่คน น อิตฺถี บ่ใช่ผู้ญิง น ปุริโส บ่ใช่ผู้ชาย เปนดั่งโลกปริกัมนับว่านั้น จัดถี่แท้เท่ามาตราเปนรูปธัมม์นามธัมม์สิ่งเดียวแล ส่วน อันว่าตน

๒๒. นั้นมาตราเท่าเปนรูปธัมม์ คือปถวีธาตุอันมีลักขณะอันคะด้างแขง หื้อรูปฝูงอื่นตั้งอยู่ หมั้น อาโปธาตุอันมีลักขณะเชิมอันแหลวเปนน้ำเปนยาง หื้อรูปฝูงอื่นติดทือกันอยู่ เตโชธาตุ อันมี ลักขณะอันอุ่นอันร้อน หื้อรูปฝูงอื่นแก่กล้า วาโยธาตุ คือว่าลมอันมีลักขณะอันคล้ำรูปฝูงอื่น หื้อตั้งอยู่ แลยกย้ายรูปฝูงอื่นไปมา รูปธัมม์ฝูงนี้มาผะกอบกับด้วยกันเปนรูปขันธ์ อันเปนโกฐากซากผีได้ ๓๒ มา กองกันอยู่รู้แตกรู้ม้างรู้เปื่อยเน่าพรั่งพรัวะสิบหายไป หาสัตตะหาชีวิตบ่ได้สักอันแล ส่วนอันว่าใจนั้น เท่ามาตราเปนนามธัมม์ คือผัสสอันมีลักขณะอันถูฏต้องอารัมมณะ เวทนาอันมีลักขณะอันรู้เสวย อารัมมณะด้วยอันเปนสุขเปนทุกข์แลบ่เปนสุขเปนทุกข์ สัญญาอันมีลักขณะอันกฏหมายอารัมมณะ เจตนาอันมีลักขณะอันขงขวายเอาอารัมมณะ วิญญาณอันมีลักขณอันแขวดกฏรู้อารัมมณะ นามธัมม์ ฝูงนี้มาผะกอบกับด้วยกันเปนนามขันธ์ อันรู้น้อมหน้าสู่อารัมมณะ รู้เกิดรู้ดับกับด้วยอารัมมณะ เมื่อ

อารัมมณะเกิดก็เกิดเปนเกิดเปนไป เมื่ออารัมมณะดับก็ดับกับหายไป หาสัตหาชีวิตบ่ได้สักอันแล เท่ามีรูปธัมม์นามธัมม์สิ่งเดียวมีในตนนี้ สัตก็ดีชีวิตก็ดีบ่มีในตนนี้แล รูปธัมม์นามธัมม์อันผะไจทังหลายมีอวิชชาตัณหาเปนต้น หากหื้อเกิดมาซุ่มนุมกันเปนหมู่เปนกองแล โลกสมฺตติ

๒๓. ว่าเปนสัตเปนชีวิต ด้วยแท้หาสัตหาชีวิตบ่ได้ เปนดั่งท่อนไม้ทังหลายอันช่างรถหากแต่งหื้อซุ่มนุมกันแลสมฺตติว่าเปนรถ ด้วยแท้หารถบ่ได้นั้นแล รูปธัมม์นามธัมม์อันบ่ใช่สัตบ่ใช่ชีวิตหาเพียรหาขงขวายบ่ได้ ผะกอบกับด้วยกันก็รู้อยู่ อยู่ไปรู้กทำกิจจะการอันน้อยอันใหญ่เปนต้นว่า นั่งนอนยืนเทียวแลเปนดังหัวยนแลเชือกสายยน อันบ่ใช่สัตบ่ใช่ชีวิตหาเพียรหาขงขวายบ่ได้ มาผะกอบกับด้วยกันก็รู้อยู่รู้ไปรู้กทำกิจจะการอันน้อยอันใหญ่เปนต้นว่า นั่งนอนยืนเทียวนั้นแล นามรูปอันนี้เปนอันเป่าหาสัตหาชีวิตบ่ได้หากอาไสรเซิ่งกันแล เกิดเปนแล้วก็ดับกับหายไปหาแก่นหาสารบ่ได้ เปนดั่งปุมป๊วกน้ำแลพยับแดดนั้นแล ฯ รูปนลกฺขณรูปํ นามนลกฺขณํ นามํ ดั่งนี้ไปไจ้ ๆ หื้อรู้หื้อหันแจ้งยังสภาวะอันหาสัตหาชีวิตบ่ได้แห่งตนแห่งใจนั้นเทอะ ภาวนาทิฏฐิวิสุทธิปริกัมม์สันนี้ไปเทอะ ฯ คันว่าภาวนาทิฏฐิวิสุทธิแล้ว หื้อภาวนากังขาวิตรณวิสุทธิติดไปดั่งนี้ อเหตุกํ อปจฺจยํ อิมํ นามรูปํ นุปฺปชฺชติ นปฺปวตฺติ ฯ สเหตุกํ ปน สปจฺจยํ นามรูปํ อุปฺปชฺชติ ปวตฺติ ฯ อิทํ นามรูปํ อันว่านามรูปอันนี้ อเหตุกํ บ่มีชนกะเหตุ อปจฺจยํ บ่มีอุปถัมภกผะไจดั่งอั้น นุปฺปชฺชติ นปฺปวตฺติ ก็บ่เกิดเปน

๒๔. ไปได้แล ปน ด้วยมีแท้แล อิทํ นามรูปํ อันว่านามรูปอันนี้ สเหตุกํ อันเปนกับด้วยชนกะเหตุ สปจฺจยํ อันเปนกับด้วยอุปถัมภกผะไจ อุปฺปชฺชติ ปวตฺติ ก็จิ่งเกิดเปนไปได้แล เมื่อดั่งอั้นธัมม์ทังหลายฝูงใด จักมาเปนชนกะเหตุแลอุปถัมภกผะไจแก่นามรูปทัง ๒ นี้อั้นชา แท้แล อวิชชา ตัณหา อุปาทานธัมม์ ๓ ตัวนี้เปนอุปนิไสยผะไจหื้อนามรูปทัง ๒ นี้เกิดเปนไป เหมือนดั่งแม่เปนอุปนิไสยผะไจแก่ลูกหื้อลูกญิงลูกชายเกิดสืบสายเปนไปนั้นแล ฯ **นานาณีกกัมม์**เปนชนกะผะไจหื้อลูกญิงลูกชายเกิดเกิดเปนไปเหมือนดั่งชายผู้เปนพ่อแล มาบังเกิดยังลูกญิงลูกชายหื้อเปนไปนั้นแล เข้าน้ำโภชนะอาหารอันสัตทังหลายหากกินกินชุวันนั้น ก็มาเปนอุปถัมภกผะไจคล้ำชูเลี้ยงดูนามรูปทัง ๒ นี้หื้อเปนไปบ่หื้อเหี่ยวหื้อแห้งเสีย เหมือนดั่งแม่นมอันมาเปนอุปถัมภกเลี้ยงดูยังลูกญิงลูกชายแห่งผู้อื่น หื้อจำเริญขึ้นใหญ่เปนไปนั้นแล ฯ นามรูปทัง ๒ นี้ บ่ใช่อินท์บ่ใช่พรหมสรมณพราหมณ์ตนมีริทธิผู้ใดผู้หนึ่ง แส้งมาแต่งแปงเนรมิตสักอัน หากเท่ามีอวิชชา ตัณหา อุปาทาน กัมม์ อาหารเปนเหตุเปนผะไจหื้อเกิดหื้อเปนไปไจ้ ๆ แท้สิ่งเดียวแล ฯ นามรูปํ อันว่านามรูปคือใจแลตนนี้ น อเหตุกํ หาเหตุหาผะไจแต่งแปงบ่ได้แล หากเกิดมาก็บ่มี น อิสฺสรเห

๒๕. ตุกํ ก็บ่ใช่เปนผู้ใหญ่มีต้นว่า เทวดา อินท์ พรหม สรมณพราหมณ์ ตนมีริทธิผู้ใดผู้หนึ่งมาแต่งแปงหื้อเกิดเปนแล ฯ อวิชฺชา ตณฺหา อุปาทาน กมฺม เหตุปจฺจยํ ฯ นามรูปํ อันว่านามรูปอันนี้ มีอวิชชา ตัณหา อุปาทาน กัมม์ หากเปนเหตุเปนผะไจหื้อเกิดหื้อเปนแล อวิชชาได้โมหะอันมืดบ่รู้บ่หันสภาวะอันเปนอนิจจะ ทุกขะ อนัตตา แห่งนามรูปนั้น ตัณหาได้โลภะอันกัตติมักรักข้องนามรูป อวิชชาหากกั้งโทสะไว้นั้น อุปาทานะได้โลภะทิฏฐิแล ทิฏฐิอันถือเอาอุบายอันหื้อได้นามรูปอันตัณหาหากหื้อกัตติมักนั้น กัมม์ได้กุสลเจตนา อันขงขวายหื้อได้นามรูปด้วยอุบายอันอุปาทานหากถือเอานั้นแล ธัมม์ทังหลาย ๔ ตัว คืออวิชชา ตัณหา อุปาทาน กัมม์ อันเปนเหตุเปนผะไจหื้อนามรูปเกิดเปนด้วยอันเปนเหตุเปนผะไจสืบ ๆ กัน คืออวิชชา ตัณหา เปนเหตุเปนผะไจหื้ออุปาทานเกิดเปน อุปาทานเปนเหตุเปนผะไจหื้อกัมม์เกิดเปน กุสลกัมม์คือกุสลเจตนาเปนเหตุเปนผะไจหื้อนามรูปมีปฏิสันธิวิญญาณ

เปนต้นเกิดเปนในสุคติเมืองคนแลเมืองฟ้า อกุสลกัมม์คืออกุสลเจตนาเปนเหตุเปนผะไจหื้อนามรูปมีปฏิสันธิวิญญาณเปนต้นเกิดเปนในทุคติอบายทัง ๔ แล นามรูป

๒๖. อันเกิดเปนในชาติบี้มีอวิชชา ตัณหา อุปาทาน กัมม์ อันเกิดเปนแล้วในชาติก่อน หากเปนเหตุเปนผะไจหื้อเกิดหื้อเปนแล นามรูปอันจักเกิดจักเปนในชาติหน้านั้น มีอวิชชา ตัณหา อุปาทาน กัมม์ อันเกิดเปนแล้วในชาตินี้ หากเปนเหตุเปนผะไจหื้อเกิดก่อเปนแล้ว นามรูปก็เกิดเปนแล้วในคราวอันล่วงแล้ว คือในชาติอันล่วงแล้ว นามรูปก็เกิดเปนแล้วในคราวบัดนี้คือในชาตินี้ นามรูปก็จักเกิดจักเปนในคราวพายหน้าคือชาติพายหน้า เหตุมีอวิชชา ตัณหา อุปาทาน กัมม์ หากเปนเหตุเปนผะไจหื้อเกิดเปนสืบสายไปด้วยอาการเปนดั่งต้นไม้อันมีพิชชลูกไม้ หากเปนเหตุเปนผะไจหื้อเกิดเปนสืบ ๆ ไปนั้นแล ฯ กมฺม จิตฺต อุตุ อาหาร ปจฺจยํ ปวตฺติ รูปํ ส่วนอันว่ารูปธัมม์ มีปถวีธาตุเปนต้น อันเกิดในปวัตติกาลนั้น มีกัมม์แลจิตต์ อุตุ อาหาร หากเปนเหตุเปนผะไจหื้อเกิดหื้อเปนด้วยอาหาร เปนดั่งรูปเนรมิตอันริทธิหากเปนเหตุเปนผะไจหื้อเกิดเปนนั้นแล ฯ

๒๗. สเหตุกํ สปจฺจยํ นามรูปํ ฯ นามรูปนี้มีเหตุมีผะไจก็จิ่งเกิดเปนแล นามรูปนี้หาเหตุหาผะไจบ่ได้ก็บ่เกิดเปนแล คันเหตุแลผะไจเกิดเปนแล้ว นามรูปก็จิ่งเกิดเปนไปแล คันเหตุแลผะไจดับเสียแล้ว นามรูปก็ดับเสียบ่เกิดเปนไปแล ฯ สเหตุกํ สปจฺจยํ นามรูปํ ดั่งนี้ไจ้ ๆ หื้อรู้หื้อแจ้ง ยังเหตุแลผะไจแห่งนามรูปแท้เทอะ ฯ โยคาวจรตนจักภาวนาไตรลักขณะควรยกเอาซากผีดิบ อันกว้างสอกยาววาหนาคืบ อันอวิชชา ตัณหา อุปาทาน กัมม์ หากแต่งหากแปงหื้อเกิดหื้อเปนมา อันผะหยาทิฏฐิแลกังขาวิตรณะเจ้าทัง ๒ หากกล่าวว่า รูปธัมม์นามธัมม์นั้น ขึ้นสู่ไตรลักขณะคืออนิจจะ ทุกขะ อนัตตาลักขณะเพื่อจักตั้งหื้อเปนเคล้าแก่วิปัสสนา ในผะหยาดวงชื่อว่าสัมมสนญาณ อันพระพุทธเจ้าหากตั้งไว้หื้อเปนเคล้าแก่วิปัสสนาทังมวร ตามปเวณีอันพระพุทธเจ้าทังหลายสั่งสอนกัมมัฏฐานแก่ลูกสิก แรกแต่ต้นลำดับขึ้นไปถราบต่อเท้าเถิงอรหันตามัคคญาณนั้นแล ฯ นามรูปํ อนิจฺจํ ขยฏฺเฐน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยฏฺเฐน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกฏฺเฐน สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ที ฯ นามรูปํ อันว่านามรูปคือว่าตนแลใจแห่งกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ อนิจฺจํ บ่หมั้นบ่เที่ยง ขยฏฺเฐน เหตุมีสภาวะอันรู้เสี้ยงรู้

๒๘. สุด คือว่ารู้เกิดรู้ตาย รู้สิบรู้หาย รู้แตกรู้ม้าง รู้ปลิ้นรู้แปรแล นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้า นิจฺจํ หมั้นเที่ยง วต ด้วยแท้แล ฯ นามรูปํ อันว่านามรูปคือว่าใจแลตนแห่งกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ ทุกฺขํ มักว่า ทุกฺขภูตํ อันเปนที่เกิดแห่งทุกข์ทังมวร ภยฏฺเฐน เหตุมีสภาวะรู้บังเกิดยังไภยยะอันควรพริสสะเพิงกัวมากนัก มันเท่าเปนที่เกิดแห่งทุกข์ทังมวร นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้านี้ สุขํ เปนยิ่งกว่าสุขทังมวร วต ด้วยแท้แล ฯ นามรูปํ อันว่านามรูปคือว่าตนแลใจแห่งกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ อนตฺตา บใช่ใจบใช่ตนแห่งกูแท้ อสารกฏฺเฐน เหตุหาแก่นหาสารบ่ได้ ตายยามใดก็ละเสียยามนั้นแท้ นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้า สารํ หากเปนแก่นเปนสารยิ่งกว่าแก่นสารทังมวร วตา ด้วยแท้แล ไตรลักขณะอันนี้เกิดในท้องผะหยาดวงชื่อว่าสัมมสนญาณ ดวงเปนเคล้าเปนต้นแก่วิปัสสนาทังมวรแล โวหารไตรลักขณะมีเท่านี้ หื้อขึ้นใจเอาหื้อได้ หื้อเรียนแล้วเยียะภาวนาเทอะ ไตรลักขณสมัตตา ฯ โยคาวจรตนจักภาวนาวิปัสสนาดวงชื่อว่าสัมมสนญาณนั้น ผิว่าเปนคระหัสเปนสามเณรหื้อเอาสีลก่อน ผิภิกขุหื้อฟังปาฏิโมกข์ก่อน ในวันอันตั้งก่อหัวทีนั้น หื้อมีบุปผาราชาเทียนสิบคู่สมมาแก้วทัง ๕ แล้ว ไปอยู่ที่สงัดนั้นพัพพะแนงเชิงตั้งตนหื้อซื่อ ผูกสติไว้ในกัมมัฏฐานนม

๒๙. สิการระนึกเอาแก้ว ๕ จำพวกเปนที่เพิ่งว่า พุทฺโธ เม นาโถ ธมฺโม เม นาโถ สงฺโฆ เม นาโถ กมฺมฏฺฐานํ เม นาถํ กมฺมฏฺฐานทายกาจริโย เม นาโถ ดั่งนี้แล้ว ภาวนาพุทธคุณพอหื้อได้ปีติสมาธิแล้ววางไว้ นมสิการระนึกเอาแก้วทัง ๕ เปนที่เพิ่งเล่า ภาวนาเมตตาพรหมวิหารหื้อได้ปีติสมาธิแล้ววางไว้ นมสิการระนึกเอาแก้วทัง ๕ เปนที่เพิ่งแถมแล้วว่า ข้าจักขอภาวนาวิปัสสนาอันผะเสริฐ จักเอาผะหยาพระพุทธเจ้าดวงชื่อว่าสัมมสนญาณนั้น**ตวง**ได้แท้ดีหลี ถราบใดบ่ได้แม่นชิ้นข้าบกเลือดข้าแห้ง เท่ายังหลอแต่เอนอันคราดหนังแบดูกข้างอยู่อั้นก็ดี ข้าก็จักภาวนาวิปัสสนาเจ้าเอาผะหยาพระพุทธเจ้าดวงชื่อว่าสัมมสนญาณเจ้านั้นตวงได้แท้ดีหลี ขอจุ่งวุฒิแก่ข้าเทอะ ฯ นามรูปํ อนิจฺจํ ขยฏฺเฐน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยฏฺเฐน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกฏฺเฐน สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ที ฯ นามรูปํ อนิจฺจํ ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ทีแล้ว โวหารอันนี้ขั้นว่า อนิจฺจํ อันว่าสภาวะบ่หมั้นบ่เที่ยงอันมีในตนกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ มันก็บ่หมั้นบ่เที่ยง เหตุมันเท่ารู้เกิดรู้เถ้ารู้ตายรู้สิบหายด้วยไภยยะต่าง ๆ หากมาเบียร หื้อรู้แตกรู้ม้างรู้ปลิ้นรู้แปรบ่หมั้นบ่เที่ยงแก่กูสักอันแท้แล ฯ อนิจฺจํ อันว่า

๓๐. สภาวะอันบ่หมั้นบ่เที่ยง อันมีในวัตถุเข้าของแห่งกูทังมวรเปนต้นว่า เงิน คำ แก้ว แหวน ช้าง ม้า ข้าคน พ่อแม่ ญาติกา วงสา สมณปริกขาร วัดวาอาราม สิกโยมทังหลาย ย่อมรู้เกิดรู้ตาย รู้สิบรู้หาย รู้มีรู้ไร้ รู้ได้รู้เสีย บ่หมั้นบ่เที่ยงแก่กูสักอันแท้แล ฯ อนิจฺจํ อันว่าสภาวะบ่หมั้นบ่เที่ยงอันมีในตนท่านผู้อื่นเปนต้นว่า สัตตัวน้อยตัวใหญ่ อันพอรู้มีนตาหายใจก็ดี คนแลเทวดาอินพรหมทังหลาย ต้นเข้าก็ดี วัตถุเข้าของทังมวรก็ดี ก็ย่อมบ่หมั้นบ่เที่ยง รู้เถ้ารู้ตาย รู้สิบรู้หาย รู้มีรู้ไร้ รู้ได้รู้เสีย บ่หมั้นบ่เที่ยงสักคนสักตนสักตัวแท้แล ฯ อนิจฺจํ อันว่าสภาวะบ่หมั้นบ่เที่ยงอันมีในวัตถุทังหลาย อันหาวิญญาณบ่ได้เปนต้นว่า ต้นไม้แลเครือเขาเถาวันก็ยังรู้เกิดรู้ตาย แผ่นดินหินผาน้ำมหาสมุทเขาสิเนโรดอยหิมพานทังมวรก็ดี ก็บ่หมั้นบ่เที่ยงเหตุรู้สิบรู้หาย เมื่อม้างกัปนั้นเสี้ยงชุอันแล อันว่าสังขารธัมม์ทังมวร อันเกิดมาในภวะทัง ๓ นี้ อันใดจักหมั้นจักเที่ยงบ่สิบหายแท้นั้นบ่มีสักอัน ก็ย่อมรู้สิบหายเสี้ยงชุอันแท้แล อันหมั้นอันเที่ยงบ่รู้สิบหายแท้นั้น ก็เท่ามีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแท้แล ฯ สาธุ นิจฺจํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้านั้น บ่รู้เกิดบ่รู้ตายบ่รู้แตกม้างสิบหาย เปนอันหมั้นอันเที่ยงแท้สิ่งเดียวแล ฯ นามรูปแห่งกู เท่ารู้เกิดรู้ตายรู้

๓๑. แตกม้างสิบหาย บ่หมั้นบ่เที่ยงสักอันแท้แล ระนึกโวหารอันนี้ขั้นละทีแล้ว ระนึกว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ที แล้ว โวหารนี้ขั้นละทีแล กทำสันนี้ไปชุวันชุคืนอย่าขาดเทอะ เมื่อใดอินทรียเสวยผะหยาดวงชื่อว่าสัมมสนญาณ เถิงเซิ่งแก่กล้าแท้แล้วดั่งอั้น โยคาวจรเจ้าตนนั้น ก็จักกฏหมายรู้สันนี้ อันว่าสังขารธัมม์ทังหลาย อันเกิดมาในภวะทัง ๓ นี้ มีนามรูปแห่งกูอันยังนั่งอยู่ภาวนานี้เปนต้น ก็หากบ่หมั้นบ่เที่ยงแท้แล ถัดนั้นเข้าของแห่งกูฝูงมีวิญญาณก็ดีบ่มีวิญญาณก็ดี ก็หากบ่หมั้นบ่เที่ยงแก่กูแท้แล ถัดนั้นตนแห่งท่านผู้อื่น คือว่าคนแลสัตตัวน้อยตัวใหญ่ อันรู้มีนตาหายใจเข้าออกก็ดีเทวดาอินพรหมทังหลายก็ดี ต้นเข้าก็ดี วัตถุเข้าของแห่งเขาก็ดี ก็บ่หมั้นบ่เที่ยงสักอันแล ถัดนั้นวัตถุทังหลายฝูงหาวิญญาณบ่ได้ มีต้นว่าต้นไม้เครือเขา แผ่นดิน หินผา น้ำมหาสมุท เขาสิเนโร เขาหิมพานก็ดีก็ย่อมบ่หมั้นบ่เที่ยงแท้แล ฯ ยินเข้าใจอยู่ไจ้ ๆ ลวดยินหน่ายสังขารธัมม์ภวะทัง ๓ อยู่ค้อย ๆ หั้นแล คันได้ผะหยาสันนี้แล้ว อย่ามีอาไลใจข้องอย่ากัตติยินดีในรูปภวะทัง ๓ เทอะ ฯ โยคาวจรหันนามรูปภ

วะอนิจจังดั่งอั้น เท่าหื้อยินดีในนิพพานอันหมั้นอันเที่ยงนั้นสิ่งเดียว ก็หากได้ผะหยาฝูงชื่อว่าอาทีนญาณแลนิพพิทาญาณ สันติปทญาณเกิดพร้อมกันหื้อแล้ว อนิจจลักขณะหั้นแล ฯ

๓๒. โยคาวจรตนจักภาวนาอนิจจลักขณะถราบได้นิพพิทาญาณสันติปทญาณแล บ่เกิดนั้นแม่นเดือน ๑ ก็ดี ๒ เดือนก็ดี ก็หื้อซ้ำภาวนาอนิจจลักขณะ ร่ำเพิงดูอันบ่หมั้นบ่เที่ยงทัง ๕ โกฐากนั้นหื้อผากฏหื้อได้ผะหยาอันแก่กล้านั้นแท้ดีหลีเทอะ สัมมสนญาณอนิจจานุปัสสนา สมัตตา ฯ โยคาวจรจักภาวนาทุกขานุปัสสนาลักขณะนั้น วันอันตั้งก่อหัวทีนั้น หื้อกทำตามวิธีอันภาวนาอนิจจลักขณะชุอันแล้ว หื้อระนึกว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ขยฏฺเฐน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยฏฺเฐน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกฏฺเฐน สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ทีแล้ว ฯ นามรูปํ ทุกฺขํ ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ทีแล้ว ระนึกโวหารอันนี้ขึ้นว่า ทุกฺขํ อันว่าสภาวะอันเปนที่เกิดแห่งทุกข์ อันมีในตนแห่งกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ เท่าเปนที่เกิดแห่งทุกข์ทังมวรสิ่งเดียวแท้แล ตนกูนี้เมื่อเกิดในท้องแม่ก็เปนทุกข์ เมื่อออกจากท้องแม่ก็เปนทุกข์ มักใครได้บ่ได้ดั่งใจมักก็เปนทุกข์ เมื่อเถ้าแก่ค่ำชราหูตาบ่แจ้งก็เปนทุกข์ มีพยาธิในตนก็เปนทุกข์ ได้ประสบพบอยู่กินกับด้วยคนผู้ชังแลมีใจบ่ผ้องลองกันก็เปนทุกข์ ได้พรัดพรากผู้รักแลเข้าของอันรักอันเพิงใจก็เปนทุกข์ บ่ใครได้พ้อยจำหื้อได้ก็เปนทุกข์ ได้อันเพิงใจแล้วพ้อยเสียไปก็เปนทุกข์ เมื่อตาย

๓๓.ก็เปนทุกข์ตายแล้วตกนารกก็เปนทุกข์ เปนเผตอสุรกายแลเปตวิไสยก็เปนทุกข์ เกิดเปนสัตตริจฉานตัวน้อยตัวใหญ่ ท่านได้ข้าได้ตีก็เปนทุกข์ เปนคนได้เปนข้าท่านก็เปนทุกข์ มีสุขแล้วพ้อยคลาดจากสุขก็เปนทุกข์ เมื่ออยากบ่ได้กินก็เปนทุกข์ เมื่อได้กินนักอิ่มพ้นผะหมานก็เปนทุกข์ ทุกข์ทังมวรฝูงนี้เท่าอาไสรเซิ่งตนกูอันเดียวนี้แล ฯ ผิว่าตนกูหาบ่ได้ดั่งอั้น ส่วนทุกข์ทังมวรมาตราน้อยหนึ่งก็หาบ่ได้แก่กูแท้แล ฯ ทุกฺขํ อันว่าสภาวะอันเปนที่เกิดแห่งทุกข์ทังมวร อันมีในวัตถุอันเปนของแห่งกูเปนต้นว่า แก้ว แหวน เงินคำ พ่อแม่ ญาติกา ข้าญิงข้าชาย ช้างม้า งัวควาย ของเลี้ยงทังมวรก็ดี ปริกขารอาราม สิกโยม วัตถุทังหลายฝูงนี้ก็ย่อมเปนที่เกิดแห่งทุกข์ทังมวร อันมีในตนกูนี้แท้แล ฯ ทุกฺขํ อันว่าสภาวะอันเปนทุกข์เปนที่เกิดแห่งทุกข์ อันมีในตนแห่งท่านผู้อื่นเปนต้นว่า สัตตัวน้อยตัวใหญ่อันรู้มืนตาหายใจเข้าออกก็ดี คนแลเทวดาอินทาพรหมสัตตโลกทังมวร เข้าของแห่งตนก็ดี เข้าของแห่งเขาก็ดี ก็ย่อมเปนที่เกิดแห่งทุกข์ทังมวรมากนักแล ฯ ทุกฺขํ อันว่าสภาวะเปนที่เกิดแห่งทุกข์ทังมวร อันมีในวัตถุทังหลายอันหาวิญญาณบ่ได้เปนต้นว่า ต้นไม้เครือเขาเถาวันก็ยังรู้ตาย แผ่นดินหินผาน้ำมหาสมุทอันหาวิญญาณบ่ได้ก็ยังเปนที่เกิดแห่งทุกข์ เหตุว่ายังจักสิบหายเมื่อม้างกัปชุอันแท้แล อันว่าสังขารธัมม์ทังหลาย อันเกิดมาในภวะทัง ๓ นี้ ย่อมได้ชื่อว่าสังขารทุกข์เสี้ยง

๓๔. บ่ใช่สุขสักอันแล อันสุขแท้นั้นเท่ามีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแล ฯ สาธุ สุขํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้าอันบ่รู้เกิดบ่รู้ตายบ่รู้สิบหายนั้น ก็เปนสุขอันล้ำยิ่งกว่าสุขทังมวรแท้แล นามรูปแห่งกูนี้ เท่ารู้เกิดรู้ตายรู้สิบหาย เปนที่บังเกิดแห่งทุกข์ทังมวร หาสุขบ่ได้สักอันแท้แล ฯ ระนึกโวหารอันนี้ขึ้นทีหนึ่งแล้ว ว่า นามรูปํ ทุกฺขํ ไป ๔๐ ที ๕๐ ทีแล้ว ระนึกโวหารขึ้นละที ชุวันชุคืนอย่าขาดเทอะ เมื่อใดอินทรียะเสวยผะหยาดวงชื่อว่าสัมมสนญาณ อันร่ำเพิงหันทุกข์เถิงเซิ่งอันแก่กล้าแท้นั้น ก็จักร่ำเพิงหันทุกข์ทังมวร อันอาไสรเซิ่งนามรูปแห่งตนแลเกิดนั้นแจ้งนัก ด้วยอันร่ำเพิงว่า อันว่าสังขารธัมม์ทังหลายมวล อันเกิดมาในภวะทัง ๓ นี้ มีนามรูปแห่งกูอันยังนั่งอยู่ภาวนานี้เปนต้น ก็หากเท่าเปนที่เกิดแห่งทุกข์ทังมวรหาสุขบ่ได้ ยินเข้าใจอยู่เปนดั่งอั้นแท้ ก็ไสมานะทิฏฐิแลตัณหาออกจากตน ลวดบ่ยินดีเซิ่ง

โลกิยสุขสักอัน เท่ายินดีเซิ่งโลกุตตรปีติสมาธิอันเปนผะไจแก่มัคคผละนิพพานนั้นแท้ ซ้ำกทำคัดเคร่งไปในคลองสมถวิปัสสนา เปนดั่งจักได้เถิงมัคคผละวันนี้วันพรุกแท้ดั่งอัน จิ่งว่านิพพิทาญาณเจ้าเกิดแลถราบใดบ่ได้ผะหยาอันกล่าวมานี้ แม่นเดือนหนึ่งก็ดี ๒ เดือนก็ดี ก็อย่าได้ถอยเพียรเสีย หื้อซ้ำจำเริญร่ำเพิงทุกขลักขณะนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ สัมมสนญาณทุกขานุปัสสนา สมัตตา ฯ โยคาวจรจักภาวนาอนัตตาลักขณะนั้น วันอันตั้งก่อหัวทีนั้น ก็หื้อหา

๓๕. เครื่องปูชาแล้ว หื้อกทำตามวิธีอันภาวนา อนิจจลักขณะนั้นชุอันแล้ว หื้อระนึกว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ขยฏฺเฐน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยฏฺเฐน สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกฏฺเฐน สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ที ฯ นามรูปํ อนตฺตา ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ทีแล้ว ระนึกโวหารอันนี้ขั้นละทีแล้วว่า อนตฺตา อันว่าสภาวะอันบ่ใช่ตนกูใจกู เหตุหาแก่นสารบ่ได้ เท่ามีนามรูปอันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือ หนึ่ง บ่ใช่สัตตบ่ใช่ชีว บ่ใช่เข้าบ่ใช่ของ บ่ใช่แก่นบ่ใช่สารสักอัน เท่ามีซากผีดิบควรโสกโครก ๓๒ โกฐากหากมาชุ่มนุมกัน รู้แตกรู้ม้าง รู้ปลิ้นรู้แปร ได้ชื่อว่ารูปธัมม์สิ่งเดียว บ่ใช่ตนใช่ใจใช่แก่นใช่สารแก่กูสักอันแท้แล อนตฺตา อันว่าสภาวะอันบ่ใช่ตนบ่ใช่ใจ เหตุหาแก่นหาสารบ่ได้ อันมีในวัตถุเข้าของแห่งกูทังมวร เปนต้นว่าแก้วแหวน เงินคำ ช้างม้า ข้าคน พ่อแม่ ญาติกา สมณปริกขาร วัดวาอาราม สิกโยม ทังหลายฝูงนี้ ก็ย่อมรู้เกิดรู้ตาย รู้สิบรู้หาย รู้มีรู้ไร้ รู้ได้รู้เสีย บ่เปนแก่นบ่เปนสารแก่กูสักอันแท้แล อนตฺตา อันว่าสภาวะใช่แก่นใช่สารอันมีในตนแห่งท่านฝูงอื่น เปนต้นว่าสัตตัวน้อยตัวใหญ่ อันรู้มีนตาหายใจก็ดี คนแลเทวดาอินพรหมอันมีในโลกนี้ก็ดี ต้นแห่งเข้าก็ดี วัตถุข้าวของแห่งเขาก็ดี ก็รู้เกิดรู้ตายรู้สิบรู้หาย รู้มีรู้ไร้ รู้ได้รู้เสีย ชุอันบ่ใช่แก่นบ่ใช่สาร บ่ใช่ตนบ่

๓๖. ใช่ใจสักอันแท้แล อนตฺตา อันว่าสภาวะอันบ่ใช่แก่นบ่ใช่สาร บ่ใช่ตนบ่ใช่ใจ เหตุหาแก่นหาสารบ่ได้ ในวัตถุอันบ่มีวิญญาณ เปนต้นว่าต้นไม้แลเครือเขาเถาวัน ยังรู้เกิดรู้ตาย แผ่นดินหินผา น้ำมหาสมุทก็ยังรู้สิบหาย เมื่อม้างกัปนั้นแล อันว่าสังขารธัมม์ทังมวร อันเกิดมาในภวะทัง ๓ นี้ อันใดจักเปนแก่นเปนสารบ่รู้สิบหายนั้น บ่มีสักอันแล อันเปนแก่นเปนสารบ่รู้สิบหายแท้นั้น ก็เท่ามีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแล ฯ สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้า อันบ่รู้เถ้าบ่รู้ตายบ่รู้สิบหายนั้น เปนแก่นเปนสารอันหมั้นคุงยิ่งกว่าแก่นสารทังมวรแท้แล ฯ นามรูปแห่งกูเท่ารู้สิบหาย บ่ใช่แก่นบ่ใช่สารแท้แล ฯ ระนึกโวหารนี้ขั้นละทีแล้วว่า นามรูปํ อนตฺตา ไป ๔๐ ที ๕๐ ทีแล้ว โวหารขั้นเล่าว่า นามรูปํ อนตฺตา ไปไจ้ ๆ เล่าแล สัมมสนญาณอนัตตานุปัสสนา สมัตตา ฯ โยคาวจรจักภาวนาเอาผะหยาพระพุทธเจ้าดวงชื่อสัมมสนญาณนั้น ถราบใดบ่ได้โกฐาก ๑๒ อันเปนกำลังแห่งสัมมสนญาณนั้นแท้แม่นได้แลบ่เถิงเซิ่งอันแก่กล้าทัง ๑๒ นั้น ก็หื้อซ้ำภาวนาสัมมสนญาณทัง ๓ ลักขณะไปก่อนเทอะลักขณะอันใดปีติสมาธิปัญญาเกิดแควนมาก หื้อจำเริญลักขณะอันนั้นเปนมนสิการเปนปริกัมม์ไจ้ ๆ หื้อมีใจหยั่งขึ้นสู่ยังผะหยาพายบน ถราบอั้นแล้วความผาถะนาแห่งตนเทอะ

๓๗. ลักขณะแลอันมี ๔ โกฐาก คือกายอัตต ๑ อัตตนิยฉตก ๑ ปรอัตตสันตก ๑ อินทรียพันธ ๑ แล สัมมสนญูณ สมัตตา ฯ โยคาวจรจักภาวนาวิปัสสนาดวงชื่อ อุทยวย ตัวต้น อันเปนที่เกิดแห่งอุปกิเลส ๑๐ จำพวกนั้น หื้อสมมาแก้วทัง ๕ แล้ว เข้าสู่ที่สงัดแล้วนั่งพัพพะแนงเชิงหื้อถูกลักขณะหลับตางับปากแหงนลิ้นไว้กับเหงือกพายบนหื้อแทบแท้ ผูกสติไว้ในใจหื้อระนึกเอาแก้วทัง ๕ เปนที่เพิ่งแล้ว ภาวนาพุทธคุณพอหื้อได้ปีติสมาธิแล้ววางไว้ ระนึกเอาแก้วทัง ๕ เปนที่เพิ่งเล่า ภาวนาเมตตาหื้อได้ปีติสมาธิแล้ววางไว้ ระนึกเอาแก้วทัง ๕ เปนที่เพิ่งแล้ว สันนิฐาน(อทิฏฐาน)ระนึกว่า ข้าจักขอ

ภาวนาวิปัสสนาอันผะเสริฐ ขอเอาผะหยาพระพุทธเจ้าดวงชื่อว่าอุทยวยญาณเจ้า ในอิริยาบถอันข้านั่งนี้เปนต้น ถราบใดบได้ผะหยาดวงชื่อว่าอุทยวยญาณเจ้านั้น ข้าจักภาวนาไจ้ ๆ แม่นชิ้นบกเลือดแห้งก็ดีเท่ายังหลอแต่เอนคาดหนังแบดูกไว้ดั่งอั้นก็ดี ข้าก็จักภาวนาวิปัสสนาเจ้า เอาผะหยาพระพุทธเจ้าดวงชื่อว่าอุทยวยญาณ อันร่ำเพิงหันยังนามรูปอันรู้เกิดมาแล้วแลตาย ตายไปแล้วแลพ้อยเกิดเล่านี้แท้ดีหลีขอจุ่งหื้อวุฒิแก่ข้าพันนักเพื่อหื้อได้เสี้ยงทุกข์สุดทุกข์แก่ข้าดีหลีเทอะ ฯ นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน สาธุ นิจฺจํ วต นิพฺพานํ ฯ นามรูปํ ทุกฺขํ

๓๘. ภยตฺเถน สาธุ สุขํ วต นิพฺพานํ ฯ นามรูปํ อนตฺตา อสารกตฺเถน สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ทีแล้ว นามรูปํ อนิจฺจํ ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ที ระนึกโวหารอันขั้นว่า นามรูปํ อนิจฺจํ อันว่านามรูปคือตนกูใจแห่งกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่ง นี้ อันเท่ารู้เกิดแล้วพ้อยตาย ตายแล้วพ้อยเกิดเล่าไจ้ ๆ ได้เปนสัตตริจฉาน เปนคนเปนเทวดา อินพรหม ในอเนกชาติพายหลังก็มีมากนักแล้ว อันจักเกิดจักเปนไปในชาติพายหน้า อันบ่มาเถิงเทื่อก็ยังจักมีมากนัก มันเท่ารู้เกิดแล้วแลตายไป ตายแล้วเกิดมาสันนี้ไจ้ ๆ แล นามรูปแห่งกูเท่ารู้ตายแล้วเกิด เกิดแล้วตายสันนี้ อนิจฺจํ เปนอันบ่หมั้นบ่เที่ยงแก่กูสักอันแท้แล อันหมั้นอันเที่ยงแท้นั้น ก็เท่ามีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแล ฯ สาธุ นิจฺจํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้านั้นบ่รู้เกิดบ่รู้ตาย เปนอันหมั้นอันเที่ยงแท้สิ่งเดียวแล ระนึกโวหารอันนี้ขั้นแล้ว นามรูปํ อนิจฺจํ ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ทีแล้ว โวหารขั้นเล่าสันนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ ฯ อุทยวยอนิจจานุปัสสนา สมัตตา ฯ โยคาวจรจักภาวนาอุทยวยทุกขานุปัสสนาหื้อระนึกว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ฯลฯ สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ทีแล้ว นามรูปํ ทุกฺขํ ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ทีแล้ว ระนึกโวหารอันนี้ขั้นว่า นามรูปํ อันว่านามรูปคือตนแลใจแห่งกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ อันรู้เกิดแล้วแลตาย ตายแล้วพ้อยเกิดเล่าไจ้ ๆ ได้เกิดเปนสัตเปนคน

๓๙. เทวดาอินพรหม ในอเนกชาติพายหลังก็มีมากนัก แล้วอันจักเกิดจักตายในชาติพายหน้า อันบ่มาเถิงเทื่อก็ยังจักมีมากนัก มันเท่ารู้เกิดแล้วตาย ตายแล้วเกิดเล่าไจ้ ๆ แล นามรูปแห่งกูอันเท่ารู้ตายแล้วเกิด เกิดแล้วตายไจ้ ๆ สันนี้ ทุกฺขํ มันเปนที่เกิดแห่งทุกข์ทังมวรบ่รู้เมี้ยนแท้แล อันสุขแท้นั้นมีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแท้แล ฯ สาธุ สุขํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้าบ่รู้เกิดรู้ตาย เปนสุขยิ่งกว่าสุขทังมวรแท้แล นามรูปแห่งกูอันรู้เกิดแล้วตาย ตายแล้วเกิดสันนี้เล่า เปนที่เกิดแห่งทุกข์มากนักบ่มีสุขสักอันแท้แล ฯ ระนึกโวหารอันนี้แลทีแล้ว นามรูปํ ทุกฺขํ ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ทีแล้ว โวหารขั้นละทีเล่าว่า นามรูปํ ทุกฺขํ ไปไจ้ ๆ กทำสันนี้เทอะ อุทยวยทุกขานุปัสสนา สมัตตา ฯ โยคาวจรจักภาวนาอุทยวยอนัตตานุปัสสนาหื้อระนึกว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ฯลฯ สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ที แล้ว นามรูปํ อนตฺตา ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ทีแล้ว ระนึกโวหารนี้ว่า นามรูปํ อันว่านามรูปคือตนแลใจแห่งกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ อันเท่ารู้เกิดแล้วตาย ตายแล้วเกิดเล่าไจ้ ๆ ได้เปนสัตเปนคนเปนเทวดาอินพรหม ในอเนกชาติพายหลังก็มีมากนักแล้ว อันจักเกิดจักตายในชาติพายหน้า อันบ่มาเถิงเทื่อก็ยังจักมีมากนัก มันเท่ารู้เกิดแล้วตาย ตายแล้วเกิดเล่าไจ้ ๆ บ่รู้เมี้ยนแท้แล นามรูปแห่งกูอันเท่ารู้เกิดแล้วตาย ตายแล้วเกิดสันนี้ อนตฺตา บ่ใช่ตนบ่ใช่

๔๐. ใจแห่งกูสักอัน เหตุมันหาแก่นหาสารบ่ได้แล อันเปนแก่นเปนสารแท้นั้น เท่ามีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแล สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้าอันบ่รู้เกิดรู้ตาย เปนแก่นเปนสารยิ่งกว่าแก่นสารทังมวรแท้แล นามรูปแห่งกูอันเท่ารู้เกิดรู้ตายไจ้ ๆ นี้ บ่ใช่ตนบ่ใช่ใจบ่ใช่แก่นบ่ใช่สารแก่กู

สักอันแท้แล ฯ ระนึกโวหารอันนี้ขั้นละทีแล้วฯ นามรูปํ อนตฺตา ไปใจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ทีแล้ว โวหารขั้นละที นามรูปํ อนตฺตา ไปเล่ากทำสันนี้ไปใจ้ ๆ เทอะ อุทยวยอนัตตานุปัสสนา สมัตตา ฯ โยคาวจรจักภาวนาเอาผะหยาดวงชื่อว่าอุทยวยด้วยลักขณะอันใดก็ดี เมื่อได้ผะหยาเถิงเซิ่งอันแก่กล้าแท้นั้น ก็หากจักแขวดกฏหมายรู้ยังรูปธัมม์นามธัมม์แจ้งนัก ด้วยคำว่า อันว่ารูปธัมม์นามธัมม์แห่งกูนี้ แม่นว่ามันเกิดเปนสัตตัวถ่อยก็ดี ตัวผะเสริฐก็ดี เปนคนเปนเทวดาอินพรหม ในอเนกชาติพายหลังด้วยอันมากนักแล้วอั้นก็ดี อันจักเกิดพายหน้าบ่มาเถิงเทื่อนั้นก็ดี คันเกิดแล้วย่อมตาย ตายแล้วเกิดเล่าใจ้ ๆ รู้แจ้งสันนี้ลวดสังเวคอยู่ค้อย ๆ เปนดั่ง**ล้อม**น้ำอันเกิดแล้วดับไปดับแล้วเกิดเล่า คันยินเข้าใจเปนดั่งอั้นแท้ แม่นนั่งนอนยืนเทียว หลับตามืนตาก็ยินเข้าใจว่า นามรูปอันนี้เท่าเกิดแล้วตาย ตายแล้วเกิดเล่าใจ้ ๆ ยินหน่ายนามรูปอันนี้บ่กัตติยินดีในนามรูปอันนี้สักอัน เท่ายินดีในนิพพานเจ้าอันบ่รู้เกิดรู้ตายนั้นอยู่ค้อย ๆ คันได้ผะหยาเปนดั่งอั้นแท้ ก็จิ่งได้ผะหยาดวงชื่อว่าอุทยวยญาณเกิดแล คันอุทยวยญาณเกิดดั่งอั้นนิพพิทาญาณตัวเปนกำลังแก่วิปัสสนาก็เกิด

๔๑. แล คันนิพพิทาญาณเกิดแล้ว สันติปทญาณก็เกิดเล่าแล คันผะหยา ๓ ดวงนี้เกิดพร้อมกันแท้นั้น ก็จักได้หันยังอาสะจัร(อัศจรรย์) ๑๐ จำพวก คือว่าอุปกิเลส ๑๐ ตัวอันเกิดแลสุขสำราญบานใจดีหลีแล อุทยวยญาณ สมัตตา กล่าววิธีอุทยวยญาณลูกต้นแล้วเท่านี้แล ฯ อันว่าอุปเทศแห่งอุปกิเลส ๑๐ ตัวนั้นมีสันนี้แล โอภาโส ปีติ ปสฺสทฺธิ อธิโมกฺโข ปคฺคโห สุขํ ญาณํ อุปฏฺฐานํ อุเปกฺขา จ นิกฺกนฺติ จ ฯ ๑๐ จำพวกนี้ได้ชื่อว่าอุปกิเลสแล อานุภาวะคือผละแห่งเขาเมื่อเกิดนั้นมีสันนี้ โอภาโส วิปสฺสนา จิตฺต สมุฏฺฐาโนภาโส คือรัสมีอันปรากกฏแจ้งรุ่งเรืองต่าง ๆ เกิดแต่วิปัสสนาจิตตุบาทนั้นก็ดี ส่วนประเภทแห่งโอภาสนั้นก็ดี นานาปการํ ผากฏหันแจ้งเปนดั่ง**เถือกรุ่ง**คันมืนตาดูก็หายไปดั่งอั้นก็มี ลางคาบมืนตาดูก็ยังหันแจ้งสันเดียวอยู่บึดนึ่งจิ่งหายดั่งอั้นก็มี ลางคาบหันเปนดั่งเดือนดาว หันเปนดั่งไฟไหม้ใต้เรืองนั้น หันเปนดั่งจันทสุริยนั้น หันเปนดั่งพระเจ้ากทำปฏิหารก็มี แม่นผากฏหันแจ้งมากนักเท่าใดก็ดีอย่ากัวเทอะ ปีติ ปญฺญา วณฺณ ปีติ โย คือปีติมี ๕ ผะการสันนี้ ขุทฺทกา โลมหํสญฺจ ขณิกา วิชฺชุลตาตตฺถา โอกนฺติกา อุมฺมเวโค ว อุพฺเพงฺคา กายลงฺฆกา ผรณา ปุปฺปาเจว ปญฺจธา ปีติโย มตฺตา ฯ ขุทฺทกา อัน ๑ ชื่อว่าขุททกาปีติ โลมหํสญฺจ เกิดพอสยองเส้นขนลุกเยือกเยือก ขณิกา อัน ๑ ชื่อขณิก

๔๒. ปีติ เกิดพอความยินดีแล้วหายไป วิชฺชูลตาตตฺถา เปนดั่งสายฟ้าแมบนั้นอยู่บ่นานโอกนฺติกา อัน ๑ ชื่อว่าโอกันติกาปีติ ยินดีพอซราบทั่วตนทังมวร ยินดีชื่นบานใจมากนัก อุมฺมเวโคว เปนดั่งฟองน้ำสมุทท์อันยิ่งขึ้นถ้วมฝั่งแล้วยอบลงนั้น อุพฺเพงฺคา อัน ๑ ชื่ออุพเพคาปีติ มีกำลังขึ้นมากนัก กายลงฺฆกา พอหื้อตนสยองไปในอากาสได้ทีเดียว กำลังอุพเพงคาปีตินอกว่านี้ยังมีมากนักแล คันได้จวบพบอุพเพงคาปีติเยื่องใดก็ดี ก็หื้อหน่ายเสียวางเสีย เปนดั่งหน่ายวางอุพเพงคาปีติอันเกิดในพุทธคุณนั้นเทอะ เท่าตัวนี้มันเกิดในวิปัสสนาพายหน้า เมื่อหน่ายหื้อบักชื่ออุพเพงคาปีติตัวเกิดในวิปัสสนาชื่ออุทยวยนี้ว่าอันเทอะ คันว่าหน่ายวางตกแล้ว ภาวนาเมื่อลุนก็เท่าจวบสมาธิอันหมั้นอันคุงอยู่บ่หวั่นไหว ยินสุขสำราญบานใจยิ่งนักแท้ จิ่งได้ชื่อว่าผรณาปีติเกิดด้วยวิปัสสนาสมาธิ พ้อยจำเริญไปอย่าหื้อขาดเทอะ เหตุดั่งอั้นจิ่งว่าผรณาปีติ ปุปปาเจว แล ผรณา อัน ๑ ชื่อว่าผรณาปีติ ปริปุปปาเจวซราบทั่วตนชุแห่งยามนั้นสุขสำราญบานใจหาที่อันจักเผียบเทียมบ่ได้ ปีติโย อันว่าปีติทังหลาย ปญฺจธา มตฺตา เพิงรู้ว่ามี ๕ ผะการดั่งนี้แล ปสฺสทฺธิ เทฺว ปสฺสทฺธิโย คือปัสสัทธิ ๒ ผะการ คือกายปัสสัทธิ จิตตปัสสัทธิ บ่เท่านั้น คือกายลหุตา จิตตลหุตา กายมุทุตา จิตตมุทุตา กายกัมมัญ

๔๓. ญตา จิตตกัมมัญญตา กายปาคุญญตา จิตตปาคุญญตา กายอุชุกตา จิตตอุชุกตา ธัมมยุคคละ ๖ ผะการก็เกิดพร้อมกันแล โยคาวจรกฏหมายหื้อรู้ยังลักขณกิจจะอันเกิดแล อันบ่เกิดแห่งยุคคลธัมม์ ๖ คู่ด้วยดั่งนี้เทอะ กายปัสสัทธิด้วยกฏหมายรู้ด้วยอันร่ำงับยังภาวะอันร้อนขระหายแห่งนามกาย จิตตปัสสัทธิควรกฏหมายรู้กิจจะอันย่ำยีเสียยังภาวะอันร้อนขระหายแห่งจิต ผะกอบด้วยภาวะบ่หวั่นไหวแห่งธัมม์ ๒ ลูก เปนข้าเสิ้กแห่งปาปธัมม์ทังหลาย มีต้นว่าอุทธัจจกุกกุจจะอันหื้อใจแตกใจฟุ้งบ่หื้อร่ำงับแล กายลหุตา ควรกฏหมายรู้ด้วยอันร่ำงับยังภาวะอันหนักอันช้าแห่งนามกาย มีกิจจะอันย่ำยีเสียยังภาวะอันหนักแลช้าแห่งนามกาย ผากฏด้วยภาวะอันเบาบ่หนักบ่ช้าแห่งนามกาย จิตตลหุตา ควรกฏหมายรู้ด้วยอันหื้อร่ำงับเสียยังภาวะอันหนักอันช้าแห่งจิต มีกิจจะอันย่ำยีเสียยังภาวะอันหนักอันช้าแห่งจิต ผากฏด้วยภาวะอันเบาบ่หนักบ่ช้าแห่งจิต ธัมม์ ๒ ลูกนี้เปนข้าเสิ้กแห่งปาปธัมม์มีต้นว่าถีนมิทธะ อันกทำหื้อหนักหื้อช้าแห่งกายจิตแล กายมุทุตา ควรกฏหมายรู้ด้วยอันร่ำงับยังภาวะอันคระด้างแขงแห่งนามกาย มีกิจจะอันย่ำยีเสียยังภาวะอันคระด้างแขงแห่งนามกาย ผากฏด้วยภาวะอันอ่อนอันเชิมบ่หดบ่หย้อในอารัมมณะแล ฯ

๔๔. จิตตมุทุตา แปลดั่งกายมุทุตานั้น เท่าแหลกกันว่าจิตนั้นแล ธัมม์ ๒ ลูกนี้เปนข้าเสิ้กแห่งปาปธัมม์มีต้นว่ามานทิฏฐิ อันกทำหื้อคระด้างแขงแห่งกายจิตแล ฯ กายกัมมัญญตา ควรกฏหมายรู้ด้วยอันร่ำงับยังภาวะอันบ่ควรเซิ่งการคร้านแห่งนามกาย มีกิจจะอันย่ำยีเสียยังภาวะอันบ่ควรเซิ่งการคร้านแห่งนามกาย ผากฏด้วยภาวะอันบัวระมวลด้วยเพียรแห่งนามกายแล จิตตกัมมัญญตาแปลดั่งกายกัมมัญญตานั้น แหลกกันาจิตนั้นแล ฯ ธัมม์ ๒ ลูกนี้เปนข้าเสิ้กแห่งปาปธัมม์ อันกทำหื้อเปนนีวรณะอันเหลือกว่าอันกล่าวนั้น อันบ่ควรเซิ่งการคร้านนั้นแห่งกายจิตนั้นแล ฯ กายปาคุญญตา ควรกฏหมายรู้ยังภาวะอันหื้อร่ำงับยังอันลำบากแห่งนามกาย มีกิจจะอันย่ำยีเสียยังภาวะอันลำบากแห่งนามกาย ผากฏด้วยภาวะบ่หื้อลำบากแห่งนามกาย ด้วยอันหาโทสะบ่ได้ดูงามนักแห่งนามกาย เปนดั่งคำ ๑๕ เท่านั้นแล จิตตปาคุญญตาแปลเหมือนกายปาคุญญตา แหลกว่าจิตนั้นแล ธัมม์ ๒ ลูกนี้เปนข้าเสิ้กแห่งปาปธัมม์ อันกทำหื้อเหนื่อยคล่ายแห่งกายจิตแล ฯ กายอุชุตา ควรกฏหมายรู้ด้วยอันร่ำงับยังภาวะอันหื้อคดเลี้ยวแห่งนามกาย มีกิจจะอันย่ำยีเสียยังภาวะอันคดเลี้ยวแห่งนามกาย ผากฏด้วยภาวะเซิ่งอันบ่คดเลี้ยวแห่งนามกายแล จิตตอุชุตาแปลสันเดียวแหลกกันว่าจิตแล ธัมม์ ๒ ลูกนี้เปนข้าเสิ้กแห่งปา

๔๕. ปธัมม์ มีต้นว่ามายาสาเถยยะ อันกทำหื้อคดเลี้ยวแห่งกายจิต คืออันกล่าวคำต่อหน้าแท้ว่าสันหนึ่ง ลับหลังพ้อยว่าสันหนึ่งนั้นแล ฯ อธิโมกฺข จ จิตฺต เจว สกานปสาทการากลวติสมฺปทา คือสัทธาปสาทอันมีกำลังมากกว่าชุวัน อันจักกทำหื้อตื่นชื่นยินดีใสแห่งจิตเจตสิกธัมม์ อันเปนในวิปัสสนาวิถีแล ฯ ปคฺคโห สมฺปวตฺตปธานวิริยํ คือเพียรอันเสมอดีนัก มักว่าในวันนั้นหากยินหมั้นยินหุมในกัมมัฏฐานมากกว่าชุวันแล ฯ สุขํ ปณีตํ คือว่าสุขอันผะหนีตนัก อันบ่ห่อนได้จวบได้พบแต่ก่อนสักคาบ ถูกคาถาว่า สุญฺญาคารํ ปวิตฺสฺส สนฺตจิตฺตสฺส ภิกฺขุโน อมานุสิ รตฺติ สมฺมาธมฺมํ วิปสฺสโต โหติ นี้แล ฯ รตฺติ อันว่าความกัตติยินดี อมานุสิ อันบ่มียินดีในคนทังหลาย คืออัฏฐสมาปัตติ โหติ ก็มี ภิกฺขุโน แก่ภิกขุ สนฺตจิตฺตสฺส ตนมีใจร่ำงับ ปวิตฺสฺส แลหยั่งเข้าไป สุญฺญาคารํ สู่ที่สงัด วิปสฺสโต อันร่ำเพิงหัน ธมฺมํ ยังธัมม์ปฏิบัต สมฺมา ด้วยดีนั้นแล ฯ ญาณํ อติสุรํ วิสทญาณํ คือวิปัสสนาญาณ ยามนั้นหากกล้าหากมีผละมากนัก ร่ำเพิงดูสังขารธัมม์ลักขณะก็ผากฏ หันอนิจจะ ทุกขะ

๔๖. อนัตตา เข้าใจแจ้งสว่างกว่าชุวันแล อุปฏฐานสงฺขาตาสติ คือสติอันกล้าคมนัก อาจจัก เอาธัมม์อันใดอันหนึ่ง มาแปงสัมมสนภูมมะ ปงอนิจจะ ทุกขะ อนัตตาไปได้ชุอันบ่หย้อท้อใจสักอัน อันหนึ่ง ก็อาจจักระนึกรู้ยังกิจจะอันกทำแล้วเสี้ยงกาลนานนัก แม่นว่านานได้อเนกชาติอั้นก็ดี ก็ยินผา กฏแจ้งนักจิ่งได้ชื่อว่าอุปัฏฐานแล ฯ อุเปกฺขา จ สตฺตสงฺขาเร สมชฺฌตฺตกาเร สพฺพตฺถ ตตฺตรมชฺฌตฺต เปกฺขา อันตั้งอยู่ด้วยอาการบ่ยินดียินร้าย บ่ยินดีบ่รักบ่ชังในสัตตแลสังขารธัมม์พายในแลพายนอก หากหลอนเปนสันนั้นวันหนึ่ง ๒ วันแล้ว พ้อยหายไปในนั้น ชื่อว่าอุเปกขาแลฯ นิกนฺติ จ ภาวนาภิรติ อากาเรน ปวตฺโต สุขุมตณฺหา คือตัณหาอันละเอียดนัก อันเกิดเปนด้วยอันรักนักหุมนัก ยังกัมมัฏฐาน ในวันนั้น หากยินสุขสำราญบานใจนัก แม่นว่านั่งภาวนาเสี้ยงคืนรุ่งวันค่ำอั้นก็ดี บ่ยินเหนื่อยคล่ายยัง กัมมัฏฐานแท้ เมื่อพายลุนบ่เปนดั่งอั้นเล่า ชื่อว่านิกันติแล ฯ อุปกิเลส สมัตตัง ฯ ในเมื่อธัมมจริยทัง หลาย ๑๐ ลูกนี้ ลูกใดลูกหนึ่งก็ดีมีดั่งอั้น โยคาวจรเจ้าตนนั้น ท่านก็หากได้จวบพบสุขอันสำราญบาน ใจมากนัก ดุจจะดั่งหาที่แทกที่เทียมบ่ได้ เจ้าตนนั้นก็หากเข้าใจว่ามัคคผละธัมม์เกิดมีแก่ตนแท้ ก็ลวดบ่ ภาวนาเมือหน้าหั้นแล เหตุดั่งอั้นโยคาวจรจุ่งรู้ยัง

๔๗. ธัมม์ ๑๐ ตัวนี้ได้ชื่อว่าวิปัสสนูปกิเลส เหตุเข้ามาเปนอารัมมณะแก่คาหะ ๓ ตัว คือว่า ตัณหาคาหะ มานคาหะแลทิฏฐิคาหะแล ถราบใดบ่หน่ายอุปกิเลส ๑๐ ตัวนั้นเสียหื้อตกเสี้ยงแท้นั้น ถราบอันนั้นก็ยังเปน**อมคา**อยู่หั้นแล ฯ อันว่าอุปเทสอันหน่ายอุปกิเลสมีสันนี้แล จุ่งหื้อมีเครื่องอามิส สะปูชาแล้ว เข้าไปใกล้ครูเจ้าตนเปนครูควรสอนหื้อหน่าย ผิบ่อยู่ใกล้ตนครู ก็หื้อไปหน่ายวางเสียซ่อง หน้าพุทธรูปเจ้า แลเจดี(ย์)ไม้สรี ผิบ่ใกล้สักอัน จุ่งอทิฏฐาน(อธิษฐาน)เอาแก้ว ๕ จำพวกเปนที่เพิ่งแล้ว จุ่งหน่ายจุ่งวางเสียว่าสันนี้ สาธุโอกาสข้าแด่พระพุทธเจ้าตนทรงคุณหาที่สุดบ่ได้ จุ่งเปนที่เพิ่งแก่ข้า พระนวโลกุตตรธัมม์เจ้า ๙ ผะการ ๑๐ กับทังปริยัตติไตรปิฏกะเปนที่เพิ่งแก่ข้า พระสังฆเจ้า ๒ จำพวก คือสมุตติสังฆะแลอริยสังฆะเปนที่เพิ่งแก่ข้า พระกัมมัฏฐาน ๒ ผะการ คือสมถกัมมัฏฐานแลวิปัสสนา กัมมัฏฐานเปนที่เพิ่งแก่ข้า ครูบาอาจริยเจ้าตนสอนกัมมัฏฐานหื้อข้า จุ่งเปนที่เพิ่งแก่ข้าเทอะ บัดนี้ข้ามี อามิสสะปูชาขอคารวะพระเจ้าทัง ๕ ดีหลี ฯ อจฺจโย เม ภนฺเต ฯลฯ อายตึ สํวราย อายตึ สํวริสฺสามิ ฯ คันสมมาแก้วทัง ๕ แล้ว หื้อกล่าวว่า สาธุข้าแด่พระแก้ว ๕ จำพวก ข้าภาวนาวิปัสสนาเอาผะหยาดวง ชื่อว่าอุทยวยญาณ ข้าก็ได้จวบพบอุปกิเลส ๑๐ ตัว มีโอภาสเปน

๔๘. ต้น มีนิกันติเปนที่สุด เขาเกิดบ่หมั้นบ่เที่ยง บ่ใช่มัคคผละสักอันสักตัว ข้าก็หน่ายก็วาง เสียซ่องหน้าพระแก้วเจ้าทัง ๕ บัดนี้แล ขอจุ่งหื้ออุปกิเลส ๑๐ ตัวนั้น ร่ำงับกับหายไปจากตนแห่งข้า อย่าหื้อเสสสะหลอสักตัวเทอะ ข้าก็บ่สู้บ่มักข้าก็บ่ภาวนาเอาอุปกิเลส ๑๐ ตัวนั้นสักตัวแล ข้าก็เท่า ภาวนาเอาผะหยาพระพุทธเจ้าดวงชื่อว่าอุทยวยญาณ อันพ้นจากอุปกิเลสนั้น**ตวง**ได้แท้ดีหลี ขอหื้อ ผะหยาพระพุทธเจ้าดวงชื่อว่าอุทยวยญาณตัวนั้น อันพ้นจากอุปกิเลสนั้น มาบังเกิดในกายจิตแห่งข้า เพื่อหื้อเสี้ยงทุกข์สุดทุกข์ ขอจุ่งหื้อวุฒิแท้ดีหลีเทอะ อุทยวยญาณกิเลสสมัตตังฯ สังวัณณนาจาอุทยวย ญาณอุปกิเลส อันมาในมูลกัมมัฏฐานผูกถ้วน ๔ ก็แล้วเท่านี้ก่อนแล.

ผูก ๕

๑. นโม ตสฺสตฺถุ ฯ โยคาวจรตนจักภาวนาเอาผะหยาดวงชื่อว่าอุทยวยญาณ ตัวอันพ้นจาก อุปกิเลสนั้น หื้อมีอามิสสะปูชาแล้ว สมมาแก้ว ๕ จำพวกแล้ว ไปสู่ที่สงัดนั่งหื้อถูกลักขณะ ผูกสติไว้ใน หัวใจระนึกเอาแก้วทัง ๕ เปนที่เพิ่งแล้ว ภาวนาพุทธคุณพอหื้อได้ปีติสมาธิแล้ว ตั้งใจระนึกเอาแก้วทัง

๕ เปนที่เพิ่งแถมแล้ว ภาวนาเมตตาพอหื้อได้ปีติสมาธิแล้ววางไว้ ระนึกเอาแก้วทัง ๕ เปนที่เพิ่งแถม คันแล้วหื้อระนึกว่า ข้าจักภาวนาอันผะเสริฐนัก ขอเอาผะหยาดวงชื่ออุทยวยญาณ ตัวพ้นจากอุปกิเลส ตวงได้แท้ดีหลี ถราบใดบ่ได้แม่นชิ้นข้าบกเลือดข้าแห้งก็ดี ข้าก็ยังจักภาวนาเอาผะหยาพระพุทธเจ้า ดวงชื่ออุทยวยญาณ ตัวพ้นจากอุปกิเลสแท้ดีหลี ขอวุฒิแก่ข้าเพื่อหื้อเสี้ยงทุกข์ สุดทุกข์แก่ข้าตวงนัก แท้ดีหลีเทอะ ฯ นามรูปํ อนิจฺจํ ฯลฯ สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ ฯ ๓ ที นามรูปํ ตามลักขณะอันกทำมานั้น ๔๐ ที ๕๐ ทีแล้ว โวหารขั้นละทีเหมือนเก่านั้น ปาฬีแลโวหารก็เหมือนอุทยวยลูกต้นนั้นแล ตัวปลาย นั้นบ่เอาอุปกิเลสสักอัน เท่า

๒. ภาวนาเอาผะหยาอันร่ำเพิงหันอันเกิดอันดับ กับทังวิปัสสนาสมาธิอันพ้นจากอุปกิเลส นั้นแล ฯ โยคาวจรจักภาวนาเอาอุทยวยะตัวหน้าอันจักพ้นจากอุปกิเลสนั้น ผิยังผากฏหันอุปกิเลสเกิด เล่า จุ่งหื้อรู้ว่าสมพานยังหนุ่ม อินทรียบ่แก่จิ่งวางกิเลสบ่ตก อินทรียยังอยู่เสวยอุทยวยลูกต้น บ่ไปเสวย อุทยวยลูกหน้าเทื่อแล คันว่าอินทรียยังหนุ่มหน่ายอุปกิเลสสิบตัวนั้นบ่ตกดั่งอั้น วิสุทธิ ๒ ลูก ก็บ่เกิดได้ ผะหยา ๙ ลูก ก็บ่เกิดได้ก่อนแล ฯ คันอั้นก็หื้อซ้ำภาวนาอุทยวยลูกต้นแถมก่อน หื้ออินทรียเสวย อุปกิเลสแถมก่อน เมื่อใดอินทรียแก่แท้แล้ว เยียะซ้ำหน่ายซ้ำวางอุปกิเลสแถมแล้ว ซ้ำภาวนาเอาผะห ยาอุทยวยลูกปลายแถมคำหนึ่งเล่าเทอะ เมื่อใดอินทรียแก่แท้ อุปกิเลส ๑๐ ตัวนั้น ก็จิ่งร่ำงับดับหายไป เสี้ยงบ่หลอสักตัว เมื่อใดอุปกิเลส ๑๐ ตัวนั้นหายไปเสี้ยงดั่งอั้น เมื่อนั้นมัคคามัคคญาณทัสสวนวิสุทธิ เจ้า ๒ ลูก ก็จิ่งเกิดได้ คันวิสุทธิ ๒ ลูกเกิดได้ ผะหยาวิปัสสนา ๙ ลูก ก็จิ่งเกิดได้ด้วยล่ำดับชะแล อันว่า ผะหยาลูกนั้น พ้นจากอุปกิเลสแท้นั้น ก็มีด้วยล่ำดับสันนี้ อุทยวยญา

๓. ณังคือผะหยาดวงร่ำเพิงหันอันเกิดอันดับแห่งนามรูปแจ้งนัก ฯ ภังคญาณ คือผะหยา อันร่ำเพิงหันไภยภาวะในสงสารแจ้งนัก ฯ ภยญาณ คือผะหยาตัวร่ำเพิงหันแลสดุดตกใจกัวแต่ไภยยะ ในสงสารแจ้งนัก ฯ อาทีนวญาณ คือผะหยาดวงตัวร่ำเพิงหันนามรูปอันนี้เปนโทสะมากนัก ฯ นิพพิทา ญาณัง คือผะหยาตัวร่ำเพิงหันแลหน่ายนามรูปแลไภยยะในสงสารทังมวรอยู่ค้อย ๆ แท้แล ฯ มุญจิ ตุกัมยตาญาณัง คือผะหยาตัวร่ำเพิงหันนามรูปอันนี้เปนโทสะมากนัก ใคร่พ้นจากนามรูปอันนี้อยู่ค้อย ๆ ฯ ปฏิสังขาญาณัง คือผะหยาตัวร่ำเพิงหันอุบายอันจักหื้อพ้นจากสงสารแจ้งแท้ ฯ สังขารุเปกขา ญาณ คือผะหยาตัวร่ำเพิงหันบ่รักบ่ชัง บ่ยินร้ายบ่ยินดีเซิ่งสังขารธัมม์พายนอกพายในสักอันแท้ ฯ อนุโลมญาณัง คือผะหยาตัวร่ำเพิงหันมีอภาวะมาก มีกำลังมากนัก ๙ ลูกนี้แล ฯ โคตรภูญาณัง โส ตามัคคญาณังแล ฯ โยคาวจรตนใดภาวนาเอาผะหยาดวงชื่อว่าอุทยวยลูกปลายนี้ ผิบ่จวบบ่พบอุปกิ

๔. เลส ๑๐ ตัวแท้อั้น โยคาวจรตนนั้นก็จิ่งได้ชื่อว่าอารัทธวิปัสสนาตนนั้น ผิบ่เถิงมัคคผละ ในชาตินี้ ก็จักเปนขิปปาภิญญาณในสาสนาสัพพัญญูตนหน้ารีบนัก แก่เจ้าตนปฏิบัติวิปัสสนาเคร่งนัก นั้นบ่อย่าชะแล อย่าถอยเพียรเสียเนอะ อุทยวยญาณปุณณา ทุติยสมัตตัง กล่าววิธีอุทยวยญาณลูก ถ้วน ๒ ก็แล้วเท่านี้แล ฯ โยคาวจรจักภาวนาเอาผะหยาดวงชื่อว่าภังคญาณหื้อระนึกว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน สาธุ นิจฺจํ วต นิพฺพานํ ฯลฯ สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ที แล้ว นามรูปํ อนิจฺจํ ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ทีแล้ว ระนึกโวหารขั้นอันนี้ว่า นามรูปํ นามรูปแห่งกูอันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ มันเท่ารู้ ตายด้วยไภยยะทังหลาย คือหอกดาบก้องนาดหากข้าหื้อตาย อนิจฺจํ มันบ่หมั้นบ่เที่ยงแก่กูแท้แล อัน หมั้นอันเที่ยงแท้นั้น เท่ามีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแล สาธุ นิจฺจํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้าอันบ่รู้เถ้าบ่รู้ ตายนั้น หมั้นเที่ยงแท้สิ่งเดียวแล นามรูปแห่งกูอันเท่ารู้ตายด้วยไภยยะทังหลาย คือสัตข้าหื้อตายนี้ บ่

หมั้นบ่เที่ยงสักอันแก่กูแท้แล ฯ โวหารขั้นละทีแล้ว นามรูปํ อนิจฺจํ ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ที โวหารขั้นเล่า กทำ

๕. สันนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ ภังคญาณัง อนิจจัง สมัตตัง ฯ โยคาวจรจักภาวนาภังคญาณัง ทุกขัง หื้อระนึกว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ฯลฯ สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ทีแล้ว นามรูปํ ทุกฺขํ ไป ๔๐ ที ๕๐ ที แล้ว โวหารขั้นว่า นามรูปํ อันว่านามรูปแห่งกูอันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ อันเท่ารู้ตายด้วยไภยยะทังหลาย มีต้นว่าเปนพยาธิแลหอกดาบก้องนาดข้าหื้อตาย ทุกฺขํ มันเปนที่เกิดแห่งทุกข์ทังมวร บ่ใช่สุขสักอันแล สาธุ สุขํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้าอันบ่รู้เถ้าบ่รู้ตายนั้น เปนสุขยิ่งกว่าสุขทังมวรแท้แล นามรูปแห่งกูอันเท่ารู้ตายด้วยไภยยะทังหลายหากข้าหื้อตาย เท่าเปนที่เกิดแห่งทุกข์ทังมวร บ่ใช่สุขสักอันแก่กูแท้แล ฯ โวหารขั้นแล้ว นามรูปํ ทุกฺขํ ไป ๔๐ ที ๕๐ ที แล้วโวหารขั้นละที กทำสันนี้ไปเทอะ ภังคญาณัง ทุกขัง สมัตตัง ฯ โยคาวจรจักภาวนาภังคญาณังอนัตตา หื้อระนึกว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ฯลฯ สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ทีแล้ว นามรูปํ อนตฺตา ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ที แล้วโวหารนี้ขั้นว่า นามรูปํ อันว่านามรูปแห่งกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ อันเท่ารู้ตายด้วยไภยยะทังหลาย มีต้นว่าเปนพยาธิแลหอกดาบก้องนาดข้าหื้อตาย อนตฺตา มันบ่ใช่ตนบ่ใช่ใจกูสักอัน เหตุว่ามันหา

๖. แก่นหาสารบ่ได้ อันเปนแก่นเปนสารแท้นั้น เท่ามีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแล สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้าอันบ่รู้เถ้าบ่รู้ตายนั้น เปนแก่นเปนสารหมั้นคุงยิ่งกว่าแก่นสารทังมวรแท้แล นามรูปแห่งกูอันเท่ารู้ตายด้วยไภยยะทังหลายหากข้าหื้อตายนี้ บ่ใช่แก่นบ่ใช่สาร บ่ใช่ตนบ่ใช่ใจแก่กูสักอันแท้แล ฯ โวหารขั้นทีหนึ่งแล้ว นามรูปํ อนตฺตา ไป ๔๐ ที ๕๐ ที แล้วโวหารขั้นเล่า นามรูปํ อนตฺตา ไปเทอะ ภังคญาณัง อนัตตา สมัตตา ฯ โยคาวจรจักภาวนาภยญาณังอนิจจัง หื้อระนึกว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ฯลฯ สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ทีแล้ว นามรูปํ อนิจฺจํ ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ที แล้วโวหารนี้ขั้นว่า นามรูปํ อันว่านามรูปแห่งกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ มันเท่ารู้สะดุ้งตกใจกัวแต่ทุกข์แลโทสไภยยะในวัฏฏสงสารนี้ อนิจฺจํ บ่หมั้นบ่เที่ยงแก่กูสักอันแล อันหมั้นอันเที่ยงแท้นั้น เท่ามีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแล สาธุ อนิจฺจํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้านั้น บ่รู้สะดุ้งตกใจกัวแต่ทุกข์โทสไภยยะในวัฏฏสงสารสักอันแท้แล นามรูปแห่งกูเท่ารู้สะดุ้งตกใจกัวแต่ทุกข์โทสไภยยะในวัฏฏสงสารนี้ บ่หมั้นบ่เที่ยงแก่กูสักอันแท้แล ฯ นามรูปํ อนิจฺจํ ไป ๔๐

๗. ที ๕๐ ที แล้วโวหารขั้นเล่า กทำสันนี้ไปเทอะ ภยญาณัง อนิจจัง สมัตตัง ฯ โยคาวจรจักภาวนาภยญาณังทุกขัง หื้อระนึกว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ฯลฯ สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ที แล้ว นามรูปํ ทุกฺขํ ไป ๔๐ ที ๕๐ ที แล้วโวหารนี้ขั้นว่า นามรูปํ อันว่านามรูปแห่งกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ อันเท่ารู้สะดุ้งตกใจกัวแต่ทุกข์โทสไภยยะในวัฏฏสงสารทังมวรนี้ ทุกฺขํ ว่าเท่าเปนที่เกิดแห่งทุกข์โทสไภยยะทังมวรแท้แล บ่ใช่สุขสักอัน อันสุขแท้นั้น ก็เท่ามีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแล สาธุ สุขํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้านั้น บ่รู้สะดุ้งตกใจกัวแต่ทุกข์แลโทสไภยยะทังมวรในวัฏฏสงสารนี้ ก็หากเปนสุขยิ่งกว่าสุขทังมวรแท้แล นามรูปแห่งกูเท่ารู้สะดุ้งตกใจกัวแต่ทุกข์แลโทสไภยยะในวัฏฏสงสารทังมวรนี้ บ่ใช่สุขสักอันแท้แล ฯ โวหารขั้นที ๑ แล้ว นามรูปํ ทุกฺขํ ไป ๔๐ ที ๕๐ ที แลโวหารขั้นเล่า กทำสันนี้ไปเทอะ ภยญาณัง ทุกขัง สมัตตา ฯ โยคาวจรจักภาวนาภยญาณังอนัตตา หื้อระนึกว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ฯลฯ สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ที แล้ว นามรูปํ อนตฺตา ไป ๔๐ ที ๕๐ ที แล้วโวหารขั้นว่า นามรูปํ อัน

ว่านามรูปแห่งกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ อันเท่ารู้สะดุ้งตกใจกัวแต่ทุกข์โทสไภยยะในวัฏฐสงสารทังมวรนี้ อนตฺตา มันก็บ่ใช่ตนแห่งกูสักอัน เหตุว่ามันหาแก่นหาสารบ่ได้ อันเปนแก่น

๘. เปนสารแท้นั้น เท่ามีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแล ฯ สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้านั้น อันบ่รู้สะดุ้งตกใจกัวแต่ทุกข์แลโทสไภยยะในสงสารนี้ หากเปนแก่นเปนสารหมั้นคุงยิ่งนัก กว่าแก่นสารทังมวรแท้แล ฯ นามรูปแห่งกูอันเท่ารู้สะดุ้งตกใจกัวแต่ทุกข์โทสไภยยะในวัฏฐสงสารทังมวรนี้ บ่ใช่ตนบ่ใช่ใจบ่ใช่แก่นบ่ใช่สารสักอันแท้แล ฯ โวหารขั้นที ๑ แล้ว ระนึกว่า นามรูปํ อนตฺตา ไป ๔๐ ที ๕๐ ที แล้ว โวหารขั้นละที ฯ นามรูปํ อนตฺตา ไปเล่า กทำสันนี้ไปไจ้ ๆ เทอะ ภยญาณัง อนัตตา สมัตตา ฯ โยคาวจรจักภาวนาอาทีนวญาณัง อนิจจัง หื้อระนึกว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ฯลฯ สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ที แล้ว นามรูปํ อนิจฺจํ ไป ๔๐ ที ๕๐ ที แล้ว ระนึกโวหารนี้ขั้นว่า นามรูปํ อันว่านามรูปแห่งกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ อันเท่ารู้สะดุ้งตกใจกัวแต่ทุกข์แลไภยยะในวัฏฐสงสารทังมวรนี้ มันก็เปนโทสมากนักดีหลี นามรูปแห่งกูอันเปนโทสมากนักนี้ อนิจฺจํ มันก็บ่หมั้นบ่เที่ยงแก่กูสักอัน อันหมั้นเที่ยงแท้นั้น ก็เท่ามีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแล สาธุ นิจฺจํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้า อันบ่มีโทสหากหมั้นเที่ยงแท้สิ่งเดียวแล นามรูปแห่งกูอันเปนโทสมากนักนี้ บ่หมั้นบ่เที่ยงแกกูสักอันแท้แล ฯ นามรูปํ

๙. อนิจฺจํ ไป ๔๐ ที ๕๐ ที แล้ว ระนึกโวหารนี้ขั้นว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ไปไจ้ ๆ เทอะ อาทีนวญาณัง อนิจจัง สมัตตัง ฯ โยคาวจรจักภาวนาอาทีนวญาณังทุกขัง หื้อระนึกว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ฯลฯ สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ที แล้ว นามรูปํ ทุกฺขํ ไป ๔๐ ที ๕๐ ที แล้ว ระนึกโวหารนี้ขั้นว่า นามรูปํ อันว่านามรูปแห่งกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ เท่ารู้สะดุ้งตกใจกัวแต่ทุกข์ไภยยะในวัฏฐสงสารทังมวรนี้ มันก็เปนโทสมากนักแท้ดีหลีแล นามรูปแห่งกูอันเปนโทสมากนัก ทุกฺขํ มันก็เท่าเปนที่เกิดแห่งโทสหื้อเปนทุกข์ บ่ใช่สุขสักอันแท้แล อันสุขแท้นั้น ก็เท่ามีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแล ฯ สาธุ สุขํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้าอันบ่มีโทส เปนสุขยิ่งนักกว่าสุขทังมวรแท้แล นามรูปแห่งกูอันเปนโทสมากนักนี้ มันก็เปนที่เกิดแห่งทุกข์ บ่ใช่สุขสักอันแท้แล นามรูปํ ทุกฺขํ ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ทีแล้ว โวหารขั้นละที นามรูปํ ทุกฺขํ ไปไจ้ ๆ เล่าเทอะ อาทีนวญาณัง ทุกขัง สมัตตัง ฯ โยคาวจรจักภาวนาอาทีนวญาณัง อนัตตา หื้อระนึกว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ฯลฯ สาธุ วต นิพฺพานํ ๓ ที แล้ว นามรูปํ อนตฺตา ไป ๔๐ ที ๕๐ ที แล้ว โวหารขั้นละทีว่า นามรูปํ อันว่านามรูปแห่งกู อันกว้างสอกยาววา

๑๐. หนาคืบมือหนึ่งนี้ อันเท่ารู้สะดุ้งตกใจกัว แต่ทุกข์โทสไภยยะในวัฏฐสงสารทังมวร มันก็เปนโทสมากนักแท้แล นามรูปแห่งกูอันเปนโทสมากนักนี้ อนตฺตา บ่ใช่ตนบ่ใช่ใจกูสักอัน เหตุมันหาแก่นหาสารบ่ได้ อันเปนแก่นเปนสารแท้นั้น เท่ามีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแล ฯ สาธุ สารํ วต นิพพานํ อันว่านิพพานเจ้าอันบ่มีโทสนั้น เปนแก่นเปนสารทังมวรแท้แล นามรูปแห่งกูอันเปนโทสมากนักนี้ บ่ใช่แก่นบ่ใช่สารบ่ใช่ตนบ่ใช่ใจแห่งกูสักอันแท้แล ฯ นามรูปํ อนตฺตา ไป ๔๐ ที ๕๐ ที แล้ว โวหารขั้นละทีแล้ว นามรูปํ อนตฺตา ไปไจ้ ๆ เล่า กทำสันนี้ไปเทอะ อาทีนวญาณัง อนัตตา สมัตตัง ฯ โยคาวจรจักภาวนานิพพิทาญาณัง อนิจจัง หื้อระนึกว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ฯลฯ สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ทีแล้ว โวหารนี้ขั้นละทีแล้วว่า นามรูปํ อันว่านามรูปแห่งกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ อันรู้เท่าสะดุ้งตกใจกัวแต่โทสไภยยะ อันหื้อเปนทุกข์ในวัฏฐสงสารอยู่ไจ้ ๆ ก็ควรหน่ายอยู่ค้อย ๆ แท้ดีหลี นามรูปแห่งกูอันควรหน่ายอยู่ค้อย ๆ นี้ อนิจฺจํ มันก็บ่หมั้นบ่เที่ยงแก่กูสักอันแท้แล อันหมั้นอันเที่ยงบ่ควรหน่ายนั้น ก็เท่ามีนิพพาน

๑๑. เจ้าสิ่งเดียวแล ฯ สาธุ นิจฺจํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้าอันบ่ควรหน่ายนั้น เปนอันหมั้นอันเที่ยงแท้สิ่งเดียวแล นามรูปแห่งกูอันกูหน่ายมันอยู่ค้อย ๆ นี้ อนิจฺจํ ก็บ่หมั้นบ่เที่ยงแก่กูสักอันแท้แล ฯ นามรูปํ อนิจฺจํ ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ที แล้ว โวหารขั้นละที ฯ นามรูปํ อนิจฺจํ ไปไจ้ ๆ เล่า กทำสันนี้ไปเทอะ นิพพิทาญาณัง อนิจจัง สมัตตัง ฯ โยคาวจรจักภาวนานิพพิทาญาณัง ทุกขัง หื้อว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ฯลฯ สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ที แล้ว นามรูปํ ทุกฺขํ ไป ๔๐ ที ๕๐ ที แล้ว โวหารขั้นละทีว่า นามรูปํ อันว่านามรูปแห่งกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ อันรู้สะดุ้งตกใจกัวแต่โทสไภยยะอันเปนทุกข์ในวัฏฏสงสารนี้ กูก็ควรหน่ายอยู่ค้อย ๆ แท้ดีหลี นามรูปแห่งกูอันกูหน่ายอยู่ค้อย ๆ นี้ มันเท่าเปนที่เกิดแห่งทุกข์บ่ใช่สุขสักอันแล อันสุขแท้นั้นอันบ่ควรหน่ายนั้น ก็เท่ามีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแล สาธุ สุขํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้าอันบ่ควรหน่ายนั้น เปนสุขยิ่งกว่าสุขทังมวรแท้แล นามรูปแห่งกูอันกูหากหน่ายอยู่ค้อย ๆ นี้ มันก็เท่าเปนที่เกิดแห่งทุกข์ทังมวร บ่ใช่สุขแก่กูสักอันแล ฯ นามรูปํ ทุกฺขํ ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ที แล้ว โวหารขั้นละที กทำสันนี้ไปเทอะ นิพพิทาญาณัง ทุกขัง สมัตตัง ฯ โยคาวจรจักภาวนานิพพิทาญาณัง

๑๒. อนัตตา หื้อว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ฯลฯ สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ที แล้ว นามรูปํ อนตฺตา ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ที แล้ว โวหารขั้นละทีว่า นามรูปํ อันว่านามรูปแห่งกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ อันรู้สะดุ้งตกใจกัวแต่โทสไภยยะ อันหื้อเปนทุกข์ในวัฏฏสงสารนี้ กูก็หน่ายอยู่ค้อย ๆ แท้ดีหลี นามรูปแห่งกูอันกูหากหน่ายอยู่ค้อย ๆ นี้ อนตฺตา บ่ใช่ตนบ่ใช่ใจกูสักอัน เหตุมันหาแก่นหาสารบ่ได้ อันเปนแก่นเปนสารแท้นั้น ก็เท่ามีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแล สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้าอันบ่ควรหน่ายนั้น หากเปนแก่นเปนสารหมั้นคุงยิ่งกว่าแก่นสารทังมวรแท้แล นามรูปแห่งกูอันกูหากหน่ายอยู่ค้อย ๆ นี้ มันก็บ่ใช่ตนบ่ใช่ใจบ่ใช่แก่นบ่ใช่สารแก่กูสักอันแท้แล นามรูปํ อนตฺตา ไปไจ้ ๆ กทำดั่งพายหลังอันกล่าวมานั้นแล นิพพิทาญาณัง อนัตตา สมัตตัง ฯ โยคาวจรจักภาวนามุญจิตุกัมยตาญาณัง อนิจจัง หื้อระนึกว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ขยเถน สาธุ นิจฺจํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ ทุกฺขํ ภยเถน สาธุ สุขํ วต นิพฺพานํ นามรูปํ อนตฺตา อสารกเถน สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ทีแล้ว นามรูปํ อนิจฺจํ ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ที แล้ว โวหารขั้นแลทีว่า นามรูปํ อันว่านามรูปแห่งกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ อันเท่ารู้สะดุ้งตกใจกัวแต่

๑๓. โทสไภยยะ อันหื้อเปนทุกข์ในวัฏฏสงสารทังมวรนี้ กูก็ใคร่พ้นจากมันอยู่ค้อย ๆ ดีหลี นามรูปแห่งกูอันกูใคร่พ้นจากมันอยู่ค้อย ๆ นี้ อนิจฺจํ ก็บ่หมั้นบ่เที่ยงแก่กูสักอันแท้แล อันหมั้นอันเที่ยงแท้นั้น ก็เท่ามีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแล สาธุ นิจฺจํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้าอันพ้นจากโทสแลไภยยะอันเปนทุกข์ในวัฏฏสงสารทังมวรนั้น เปนอันหมั้นอันเที่ยงแท้สิ่งเดียวแล นามรูปแห่งกูอันบ่พ้นจากโทสแลไภยยะ อันหื้อเปนทุกข์ทังมวรในวัฏฏสงสารนี้ บ่หมั้นบ่เที่ยงแก่กูสักอันแท้แล ฯ นามรูปํ อนิจฺจํ ไปไจ้ ๆ กทำดั่งพายหลังนั้นชุอันเทอะ มุญจิตุกัมยตาญาณัง อนิจจัง สมัตตัง ฯ โยคาวจรจักภาวนามุญจิตุกัมยตาญาณัง ทุกขัง หื้อระนึกว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ฯลฯ สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ที แล้ว นามรูปํ ทุกฺขํ ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ที แล้ว โวหารนี้ขั้นละที นามรูปํ อันว่านามรูปแห่งกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ อันเท่ารู้สะดุ้งตกใจกัวแต่โทสไภยยะ อันหื้อเปนทุกข์ในวัฏฏสงสารนี้ทังมวร กูก็ใคร่พ้นจากมันอยู่ค้อย ๆ แท้ดีหลี นามรูปกูอันกูใคร่พ้นจากมันอยู่ค้อย ๆ นี้ ทุกฺขํ มันเท่าเปนที่เกิดแห่งทุกข์

ทังมวร บ่ใช่สุขแก่กูแท้แล อันสุขแท้นั้นก็เท่ามีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแล พ้นจากทุกข์แลโทสไภยยะ อันหื้อเปนทุกข์ในวัฏฏสงสารนั้น เปนสุขยิ่งกว่าสุขทังมวรแท้แล นามรูปแห่งกูอันบ่พ้นจากโทส

๑๔. แลไภยยะ ทุกข์ในวัฏฏสงสารนี้ ก็เท่าเปนที่เกิดแห่งโทสไภยยะทังมวร บ่ใช่สุขแก่กูสักอันแท้แล นามรูปํ ทุกฺขํ ไปดั่งกล่าวพายหลังนั้นชุอันเทอะ มุญจิตุกัมยตาญาณัง ทุกขัง สมัตตัง ฯ โยคาวจรจักภาวนามุญจิตุกัมยตาญาณัง อนัตตา หื้อระนึกว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ฯลฯ สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ที แล้ว นามรูปํ อนตฺตา ไป ๔๐ ที ๕๐ ที แล้ว โวหารนี้ขั้นละทีว่า นามรูปํ อันว่านามรูปแห่งกูอันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ อันเท่ารู้สะดุ้งตกใจกัวแท้โทสแลไภยยะ อันหื้อเปนทุกข์ในวัฏฏสงสารนี้ทังมวร กูก็ใคร่พ้นมันอยู่ค้อย ๆ แท้ดีหลีแล นามรูปแห่งกู อันกูใคร่พ้นมันอยู่ค้อย ๆ นี้ อนตฺตา ก็บ่ใช่ตนใช่ใจกูสักอัน เหตุว่ามันหาแก่นหาสารบ่ได้แล อันเปนแก่นเปนสารแท้นั้น ก็เท่ามีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแล สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้าอันพ้นจากโทสแลไภยยะ ทุกข์ในวัฏฏสงสารทังมวรนั้น เปนแก่นเปนสารยิ่งแก่นสารทังมวรแท้แล นามรูปแห่งกูอันบ่พ้นจากโทสแลไภยยะ ทุกข์ในวัฏฏสงสารทังมวรนี้ มันก็บ่ใช่ตนบ่ใช่ใจบ่ใช่แก่นบ่ใช่สารแก่กูสักอันแท้แล ฯ นามรูปํ อนตฺตา ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ที แล้ว โวหารขั้นละทีแล้ว นามรูปํ อนตฺตา ไปเล่าเทอะ มุญจิตุกัมยตาญาณัง ทุกขัง สมัตตัง ฯ

๑๕. โยคาวจรจักภาวนาปฏิสังขาญาณัง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา หื้อระนึกว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ฯลฯ สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ทีแล้ว จักจั้งอยู่บท อนิจจะก็ดี ทุกขะก็ดี อนัตตาก็ดี ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ที แล้ว โวหารนี้ขั้นละทีแล้ว เหมือนกันทัง ๓ ลักขณะแล้ว ฯ นามรูปํ อันว่านามรูปคือใจแลตนแห่งกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ มันก็บ่ใช่ตนแห่งกูสักอันแท้แล เหตุมันหาแก่นหาสารบ่ได้ นามรูปอันหาแก่นหาสารบ่ได้นี้ ก็เท่ามีซากผี ๒๓ โสกโครก อันรู้แตกรู้ม้างรู้ปลิ้นรู้แปรนี้ มันก็บ่หมั้นบ่เที่ยงรู้ตายสิ่งเดียวแล นามรูปแห่งกูอันเท่ารู้เกิดรู้ตายนี้ มันเท่าเปนที่เกิดแห่งทุกข์ในสงสารทังมวร บ่ใช่สุขสักอันแล นามรูปแห่งกูนี้ อันเปนที่เกิดแห่งทุกข์แห่งโทสแห่งไภยยะในสงสารทังมวรนี้ มันก็บ่ใช่ใจบ่ใช่ตนกูสักอันแท้แล เหตุมันหาแก่นหาสารบได้ อันเปนแก่นเปนสารแท้นั้น เท่ามีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแล ฯ สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้า อันพ้นจากไภยยะทังมวรในสงสาร อันบ่รู้เถ้าบ่รู้ตายเปนแก่นเปนสารยิ่งกว่าแก่นสารทังมวรแท้แล นามรูปแห่งกูอันบ่พ้นจากไภยยะในสงสารทังมวรเท่ารู้เกิดรู้เปนรู้เถ้ารู้ตายนี้ บ่ใช่ใจบ่ใช่ตนใช่แก่นใช่สารแก่กูสักอันแล ฯ นามรูปํ อนิจฺจํ ไป

๑๖. นามรูปํ ทุกฺขํ ไป นามรูปํ อนตฺตา ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ที แล้ว โวหารขั้นละทีแล้ว กทำตามดั่งพายหลังนั้นเทอะ ฯ ปฏิสังขาญาณัง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา สมัตตัง ฯ โยคาวจรจักภาวนาสังขารุเปกขาญาณัง อนิจจะ ทุกขะ อนัตตา หื้อระนึกว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ฯลฯ สารํ วต นิพฺพานํ ๓ ที แล้ว นามรูปํ อนิจฺจํ ทุกฺขํ อนตฺตา ไป ๔๐ ที ๕๐ ที แล้ว ระนึกโวหารนี้ขั้นว่า นามรูปํ อันว่านามรูปคือใจแลตนแห่งกู อันกว้างสอกยาววาหนาคืบมือหนึ่งนี้ เท่าเปนที่เกิดแห่งทุกข์แห่งโทสแห่งไภยยะในสงสารทังมวรแท้ดีหลี นามรูปแห่งกูอันเปนที่เกิดแห่งทุกข์แลโทสแลไภยยะในสงสารทังมวรนี้ อนตฺตา บ่ใช่ใจใช่ตนแห่งกูสักอันแท้แล เหตุมันหาแก่นหาสารบ่ได้แล อันเปนแก่นเปนสารแท้นั้น เท่ามีนิพพานเจ้าสิ่งเดียวแล สาธุ สารํ วต นิพฺพานํ อันว่านิพพานเจ้าอันพ้นจากทุกข์แลโทสไภยยะในสงสารทังมวร บ่รู้เกิดบ่รู้ตายนั้น เปนแก่นเปนสารยิ่งนักกว่าแก่นสารทังมวรแท้แล นามรูปแห่งกูอันบ่พ้นจากโทสแลทุกข์ใน

สงสารทังมวรนั้น เท่ารู้เกิดรู้ตายรู้เถ้ารู้สิบหายนั้น บ่ใช่ใจใช่ตนบ่ใช่แก่นใช่สารแก่กูสักอันแลแท้แล ฯ นามรูปํ อนตฺตา ไปไจ้ ๆ ๔๐ ที ๕๐ ที แล้ว

๑๗. โวหารขั้นละทีแล้ว นามรูปํ อนตฺตา ไปไจ้ ๆ ร้อยทีพันทีเล่าเทอะ ฯ โยคาวจรจุ่งกทำเพียรหื้อเคร่งนักเทอะ เมื่อใดผะหยาเกิดแลเถิงเซิ่งอันแก่กำลังแท้ หลอนตั้งอยู่ด้วย**ซะมัดซัด**ด้วยอาการอันบ่ยินร้ายยินดี บ่ยินรักยินชังเซิ่งสังขารธัมม์พายในพายนอกตนสักอัน เท่าอยู่ชะกว้ายแท้ดั่งอั้น แม่นว่าร่ำเพิงดูสุขในภวะทัง ๓ ก็บ่ยินใคร่ได้สักอัน แม่นว่าร่ำเพิงดูทุกข์ในอบายทัง ๔ ก็บ่ยินทุกข์บ่ยินกัวก็บ่ยินน้อยใจสักอันแล ฯ ก็เท่ายินดีเซิ่งนิพพานเจ้า อันเปนสุขยิ่งนักกว่าสุขทังมวรนั้น อยู่ค้อย ๆ แท้ดั่งอั้น อันเจ้าตนนั้นก็จุ่งรู้ว่าผะหยาแก่เทอะ คันว่าผะหยาปุนดั่งอั้น ส่วนว่าสมาธิเจ้านั้นก็เกิดแต่พื้นตีน ถราบต่อเท้าเถิงหัวพ้นยินเหนื่อยเหมื้อย (เมื่อย) นัก เปนดั่งจักปริกัมม์ภาวนาไปบ่ได้ดั่งอั้น ก็จุ่งคระนิงในกัมมัฏฐานแลร่ำเพิงดูสังขารหื้อเถิงหื้อแจ้งหื้อสัทธาผะหยาเกิดเสมอกันแท้ดีหลีเทอะ ด้วยแท้ทัดที่นี้อย่าหื้อสัทธาเอานิพพานแรงเช่น คันอั้นพ้อยเท่าอยู่น้อมเอานิพพานเปนอารัมมณะอยู่ค้อย ๆ แท้นั้น สมาธินั้นก็จักแปรเปนอุปสมานุสติสมถสมาธิเล่า ชดาย อธิบายว่าสัทธาทัดที่นี้อย่าหื้อเอา

๑๘. นิพพานเปนอารัมมณะนักเช่น เท่าหื้อสัทธาเอาสังขารคาบอินทรียหื้อหมั้นตวงนัก คือว่าหื้อติดสังขารแท้หื้อร่ำเพิงสังขารไปเถิงเซิ่งหื้อแจ้ง หื้อผะหยาแก่กล้านัก คันว่าผะหยาพระพุทธเจ้าชื่อว่าสังขารุเปกขาญาณนี้ เกิดในสันตารโยคาวจรตนใด ก็เถิงเซิ่งอันแก่กล้าแท้ ก็อาจจักเปนผะไจแก่อนุโลมญาณ คือว่าอนุโลมญาณเกิดแท้ดั่งอั้น ก็จิ่งเปนผะไจแก่โคตรภูญาณนั้นเล่าดายทัดที่นี้โคตรภูญาณแลมัคคญาณเจ้าอันเกิดแล หื้อเปนสภาวธัมม์อันดีแท้ บ่หื้อปลิ้นบ่หื้อแปรแก่โยคาวจร ถราบต่อเท้าเข้าไปสู่ขันธะปรินิพพานนั้นแท้ดีหลีแล ทัดที่นี้คันโคตรภูญาณ มัคคญาณแล ไป่เกิดแก่โยคาวจรเทอะอั้นก็ดี ก็เพิงรู้เพิงเข้าใจ ด้วยไนยะดั่งเราจักล่าวพายหน้านี้เทอะ โยคาวจรตนใดภาวนาอนิจจานุปัสสนาเอาผะหยา ๙ ลูก ตั้งแต่ อุทยวยญาณขึ้นไปถราบต่อเท้าเถิงสังขารุเปกขาญาณเจ้านั้น ก็แก่กล้าแท้ก็พออยู่**ซะมัดซัด**ได้ก็บ่ยินร้ายยินดีแท้ อันหนึ่ง โยคาวจรอันโลกิยสมาธิทังมวร ก็เกิดแต่พื้นตีนขึ้นไปถราบต่อเท้าเถิง

๑๙. หัวพ้นอยู่รุด ๆ พอหื้ออ้วนหื้อม่อยไป พอหื้อมุดหื้อจมไป พอหื้อตนทังมวรคระด้างอยู่ลวดภาวนาว่า นามรูปํง อนิจจัง บ่ได้ ลวดขาดเสียปุนดั่งขณะจิตหนึ่ง อั้นก็ดี โยคาวจรตนใดภาวนาทุกขานุปัสสนาเอาผะหยา ๙ ลูก ถราบต่อเท้าเถิงสังขารุเปกขาญาณก็เกิดแก่กล้าแท้ สังขารุเปกขาญาณอยู่ชะกว้ายแท้ โลกิยสมาธิก็เกิดแต่พื้นตีนขึ้นไปลวดเถิงหัวพ้น อยู่รุด ๆ พอม่อยไปภาวนา นามรูปํ ทุกฺขํ บ่ได้อั้นก็ดี ผิว่าพอมุดพอจมอยู่ภาวนาว่า นามรูปํ ทุกฺขํ บ่ได้ปุนดั่งขณะจิตหนึ่ง ดั่งอั้นก็ดี พอมุดคระด้างอยู่ทังตนทังใจ ลวดภาวนาว่า นามรูปํง ทุกขัง บ่ได้ปุนดั่งขณะหนึ่งอั้นก็ดี โยคาวจรตนใดภาวนาอนัตตานุปัสสนา เอาผะหยา ๙ ลูก ถราบต่อเท้าเถิงสังขารุเปกขาญาณก็เกิดแก่กล้าแท้ ก็อยู่**ซะมัดซัด**แท้เล่า โลกิยสมาธิก็เกิดแต่พื้นตีนขึ้นเถิงหัวอยู่รุด ๆ แท้ ก็พอมุดพอจมไปภาวนาว่า นามรูปํ อนตฺตา ว่าอั้นบ่ได้แท้ขาดเสียปุนดั่งขณะจิตหนึ่งก็ดี พอวุดวอดวางเสียแลเทื่อแลหน้อย ลวดภาวนาว่า นามรูปํง อนัตตา บ่ได้ปุนดั่งขณะจิตหนึ่งก็ดี พอตน

๒๐. ทังมวรคระด้างอยู่วุดแขงอยู่พอท้วงบ่ได้ หายใจก็ลวดบ่ได้ ภาวนาว่า นามรูปํง อนัตตา บ่ได้ ก็ลวดขาดเสียปุนขณะจิตหนึ่งก็ดี โยคาวจรทัง ๓ ตน ภาวนาลักขณะทัง ๓ เอาผะหยา ๙ ลูก เถิงสังขารุเปกขาญาณนี้แล ฯ แม่นว่าผะหยานี้เถิงเซิ่งอันเกิดแก่กล้าก็ดี สมาธิเปนพลวะมากนักอั้น

ก็ดีเทอะ สมาธิทัดที่นี้ก็ยังเปนโลกิยะดาย จำพวกหนึ่งแท้ เท่าบ่แก่นักยังบ่ทันปุนดั่ง ๕ วัน ๑๐ วันก็ดี เดือนก็ดี ปีก็ดี สองปีก็ดี ถราบต่อเท้าจักใกล้ตายจิ่งได้ก็ดี สมาธิจำพวกนี้มันเท่าวางสังขารเสียแล มุดจมอยู่พอหื้อถระหมอดหอดแห้ง พอหื้อคระด้างแขงพอหื้อภาวนาบ่ได้ ลวดวางสังขารเสีย ลวดปริกัมม์บ่ได้ขาดเสียก็ดี ลวดหาบ่ได้ปุนขณะจิตหนึ่งแล้วจิ่งหายใจได้ ยินหนักยินคั้งแคนคลาใจ บ่ถรัสรู้สัจจะทัง ๔ ผะการ มีต้นว่าชาติ ชราทุกข์ พยาธิทุกข์ มรณทุกข์ บ่อาจจักหื้อผากฏได้สักอัน ก็ลวดบ่รู้จักคุณแห่งนิพพานเจ้าว่าเที่ยงว่าสุข ว่าแก่นว่าสารได้สักอันแล้ว ก็ลวดจิ่งเอาสังขารเปนอารัมมณะภาวนาว่า นามรูปัง อนิจจัง นามรูปัง ทุกขัง นามรูปัง อนัตตา ไปไจ้ ๆ แล ลูกนั้นสมาธิ

๒๑. จำพวกนี้ มันไป่เปนธัมม์อันดีได้เทื่อแล ฯ แม่นว่าจวบ ๙ ที ๑๐ ที ก็ดีเทอะ สัจจะธัมม์ทัง ๔ ก็บ่ผากฏ พ้อยบ่รู้จักคุณแห่งนิพพานเจ้าได้สักเยื่อง เท่าคั้งแคนคลาใจอยู่ค้อย ๆ ปริกัมม์สังขารไปไจ้ ๆ ดั่งเก่าเล่า เพิงรู้แจ้งเพิงเข้าใจว่าอินทรีย์ก็แก่แท้แล เท่าไป่ทันลวดไป่ได้ มันเท่ามุดจมอยู่เท่าวางสังขารเสียด้วยอุปกิเลส ๓ ตัว คือว่า ปัสสัทธิ อุเปกขา นิกันติ นี้ดาย สมาธิจำพวกนี้ก็ถูกอัตถกถาจารย์เจ้ากล่าวว่า โน เจ นิพฺพานํ สนฺตโต ปสฺสติ ปุนปฺปุนํ สงฺขารารมฺมณเมว จ ปสฺสติ สา มุทฺทิกานํ ทิสโก โยโกมิคิยนิ แล ฯ โยคาวจรตนจักภาวนาสังขารุเปกขาญาณแลจวบอุปกิเลสตัวนี้ สันดั่งกล่าวมานี้ก็บ่เปนแควนเปนอุปกิเลส ๑๐ ตัวพ้นเล่าดั่งอั้น ก็ยังจักได้เถิงธัมมวิเสสในชาตินั้นแท้ดีหลีแล เท่าบ่บักวันยามปีเดือนได้แล กล่าวสมาธิเกิดด้วยอุปกิเลส ๓ ตัว แก่ปุคคละผู้มีอินทรียแก่แล้ว เท่าไป่ทันแท้ด้วยหย้อแล ฯ ผิว่าเจ้ากูตนใดแล จวบอุปกิเลสตัวนี้แล้ว พ้อยเปนแควนเปนอุปกิเลส ๑๐ ตัวใน

๒๒. อุทวยวยญาณพ้นเล่าดั่งอั้น อินทรียังใกล้นักแก่ว่าได้ก็จิ่งจักได้พายหน้า คือเมื่อชุ่มนุมธาตุเปนที่สุดชะแล ฯ คันคลาดหั้นก็แดนจักได้ในสำนักพระเมตเตยยหั้นบ่คลาดชะแล อย่าได้น้อยใจเทอะ ฯ ที่นี้เราจักกล่าวสมาธิเจ้าตัวเกิดแล้วเปนสภาวธัมม์อันดีแท้ คือว่าหื้อมัคคผละตกในสันตารแห่งโยคาวจรเจ้า ด้วยภาสาเทยยเพื่อหื้อรู้ง่ายสันนี้แล โยคาวจรเจ้าตนอันภาวนาลักขณะทัง ๓ คือ อนิจจลักขณะ ทุกขลักขณะ อนัตตาลักขณะ เอาผะหยา ๙ ลูก แต่อุทยวยญาณตนพ้นจากอุปกิเลสนั้นขึ้นล่ำดับต่อเท้าเถิงสังขารุเปกขาญาณเจ้านั้นว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ก็ดี นามรูปํ ทุกฺขํ ก็ดี นามรูปํ อนตฺตา ก็ดี สมถสมาธิเกิดแต่อันตั้งภาวนาพุทธคุณเมตตาก็ดี ทีเปนลำเดียวแลสูบแต่ปลายตีนขึ้นไปอยู่ซึด ๆ คันภาวนาวิปัสสนาเจ้าลูกนั้น วิปัสสนาสมาธิเจ้าทัง ๒ นี้ เกิดเปนโลกิยสมาธิเปนแท่งเดียว สูบตนโยคาวจรอยู่รุด ๆ ยถา โลกุตตรสมาธิซึด ๆ หั้นแล เมื่อดั่งอั้นผะหยาตัวชื่อว่าสังขารุเปกขาญาณ

๒๓. เจ้านั้นเกิดก็แก่กล้าแท้ เปนผะไจหื้ออนุโลมญาณเจ้าเกิดได้แท้ อนุโลมญาณเกิดก็เถิงเซิ่งอันแก่กล้าแท้ ก็เปนผะไจหื้อโคตรภูญาณมัคคญาณเกิดได้แท้ดั่งอั้น เมื่อดั่งอั้นโลกุตตรสมาธิเจ้าก็ตกพายบนหัวโยคาวจรเจ้า สูบห้อยลงบกโลกิยสมาธิอยู่รุด ๆ คำเดียวแล เมื่อดั่งอั้นโยคาวจรตนนั้นภาวนาปริกัมม์ว่า นามรูปํ อนิจฺจํ ก็ดี นามรูปํ ทุกฺขํ ก็ดี นามรูปํ อนตฺตา ก็ดี ปริกัมม์บ่ได้ลวดคระด้างตนอยู่หั้นแล ทัดนี้อันภาวนาจักบ่ได้แล จักถือทืออันขาดแท้หั้นนั้น ถรัสรู้สัจจะ ๔ ผะการนั้นคันนั้นปุนดั่งลัดมือหนึ่งนั้นแล้ว ภาวนาบ่ได้ก็ขาดเสียติดแท้ดั่งอั้น อยู่เสี้ยงกาลนานผะหมานเคี้ยวหมากแดงคำหนึ่งแล้ว จิ่งหายใจได้แล้วจิ่งสว่าง ยามสว่างนั้นก็ติดเอานิพพานได้แท้ ลวดยินดีเซิ่งนิพพานอยู่ค้อย ๆ ว่า นิจฺจํ วต นิพฺพานํ ก็มีแล สุขํ วต นิพฺพานํ ก็มีแล สารํ วต นิพฺพานํ ก็มีแล ฯ คันว่ารู้จักคุณนิพพานเจ้าก็ยินดีเซิ่งนิพพานแล้ว ก็ลวดสว่างอยู่ชะกว้าย เส้นสายสมาธิทังมวรก็ร่ำงับหายไปเสี้ยงบ่หลอแท้แล ก็ลวดบ่ใคร่ภาวนาลวดละลวดวางเสียยังกัมมัฏฐานไว้ซ้อยล้อยแท้ ก็เท่า

๒๔. ยินดีใจชื่นตื่นบานสว่างใสในคุณพระเจ้า คุณพระธัมม์ คุณพระสังฆะ ยิ่งกว่าเก่าร้อยเท่าพันเท่าแท้ดั่งอั้น สมาธิเส้นนี้ก็ว่าโคตรภูญาณเจ้าแก่แล สังขารวางเสียแท้ก็หื้อสัญญาแก่โยคาวจรแล หื้อโยคาวจรเอามัคคผละนิพพานเจ้าในอัปปนาวิถีได้เส้นหนึ่งเล่า โยคาวจรยังผ้งภาวนาไปไจ้ ๆ ลวดมุดลวดจมไปดั่งอั้น ก็บ่อาจจักถรัสรู้สัจจะทัง ๔ สักอัน เท่าสมาธิเกิดแรงนักแล เท่ามุดจมไปลวดวางกัมมัฏฐานเสีย พอบ่รู้คิงแท้อยู่เสี้ยงกาลนาน ผะหมานเคี้ยวหมากแดงหนึ่ง จิ่งสว่างจิ่งรู้คิงแล ยามจักใกล้สว่างนั้น ถรัสรู้สัจจะทัง ๔ ผะการ ลวดรู้คุณแห่งนิพพานเจ้า ลวดยินดีเซิ่งนิพพานเจ้าว่า นิจฺจํ วต นิพฺพานํ ก็มีแล สุขํ วต นิพฺพานํ ก็มีแล สารํ วต นิพฺพานํ ก็มีแล ฯ ถ้องแถวสมาธิทังมวร ก็ลวดร่ำงับหายไปแท้แล ลวดซวะวางกัมมัฏฐานเสียซ้อยล้อย บ่ภาวนาวางสังขารเสียบ่ยินดีในสังขารแล เท่ายินดีเซิ่งนิพพานเจ้าอยู่ค้อย ๆ ก็ลวดรู้คุณแก้ว ๓ ผะการแจ้งนักกว่าเมื่อก่อนด้วยร้อยเท่าพันเท่าแล ฯ สมาธิเจ้าสันนี้ก็คล้ำโคตรภูญาณ หื้อแก่กล้าสังขารวางเสียแท้แล หื้อ

๒๕. สัญญาแก่ผู้ภาวนาเอามัคคผละในอัปปนาวิถีได้เส้นหนึ่งแล ฯ สมาธิเส้นหนึ่งเล่า โยคาวจรเจ้าตนนั้นยังผ้งภาวนาไปไจ้ ๆ นั้น สมาธิเกิดแรงนักก็หื้อตนทังมวรคระด้างอยู่พอจักท้วงจักติงบ่ได้ ลวดคระด้างทังตนทังใจภาวนาบ่ได้ สัจจะทัง ๔ ก็บ่ผากฏสักแห่งแล ก็เท่าลวดสว่างชื่นตื่นใสอยู่ ถ้องแถวสมาธิทังมวรก็ร่ำงับหายไปเสี้ยงแท้ พ้อยเท่ารู้คุณนิพพานเจ้า ลวดยินดีเซิ่งนิพพานเจ้าอยู่ค้อย ๆ แท้แล ลวดบ่เอาสังขารเปนอารัมมณะ ลวดวางสังขารเสียซ้อยล้อย เส้นนี้ก็เปนธัมม์อันดีแท้เส้นหนึ่งแล สมาธิ ๓ เส้นนี้ เกิดธัมม์อันผิดอัตถถาวาทเจ้าบทกล่าวว่า ตํ สเจ สนฺติ ปทํ นิพฺพานํ สนฺตโต ปสฺสติ สพฺเพ สงฺขารา ปวตฺติ วิสชฺเชตฺวา นิพฺพาน เมว ปกฺขนฺตติ นี้แล ฯ สมาธิเส้นนี้เส้นใดเส้นหนึ่งหากเกิดมีแก่โยคาวจรเจ้าตนนั้น ก็จุ่งภาวนาแต่พุทธคุณแลเมตตาแลวิปัสสนา คันสมาธิเกิดก็หื้ออทิฏฐานเข้าโสตาปฏิมัคคผละเทอะ ฯ อันจักเข้าผละนั้นโยคาวจรตนใดแล ได้มัคคะด้วยอนิจจานุปัสสนา ก็หื้อภาวนา นามรูปํ อนิจฺจํ คันสมาธิเปน

๒๖. แล้ว ก็อทิฏฐานเข้าโสตามัคคะว่า ข้าจักเข้าโสตามัคคะในที่อันข้านั่งนี้ ข้าจักอยู่ผะหมานเคี้ยวหมากจีดคำหนึ่งแล้ว ข้าจักออกชะแล ขอจุ่งหื้อวุฒิแก่ข้าตวงนักเทอะ นามรูปํ อนิจฺจํ ขยตฺเถน นิจฺจํ วต นิพฺพานํ ๓ ทีแล้ว ทอดสติอยู่เถิงกาลอันออกก็หากจักคลี่ออกชะแล ฯ ในทุกขานุปัสสนาแลอนัตตานุปัสสนานั้น ก็กทำสันเดียวนี้ชุตนเทอะ ฯ มูลกัมมัฏฐานอันนี้เอา ๓ ฐาน คือพุทธคุณแลเมตตาแล้ว ลวดขึ้นวิปัสสนาถราบอันเถิงมัคคผละธัมม์แล เข้าผละสมาบัติเสี้ยงหนี้แล ฯ โยคาวจรจักภาวนาวิปัสสนากัมมัฏฐานนั้น วันตั้งหื้อแต่งบุปผาราชาธูปเทียนกับทังปรมัตถปูชา คือชีวิตแลปฏิปัตติปูชาแห่งผู้ข้าอันถปนาไว้ในที่นี้ อุทิสเปนปูชาวิเสสแห่งสัพพสัตตโลกทังมวร อันมีปุพพการีหิตการีเปนต้น มีผู้ข้าเปนผะธานก็อวัฏฐานหื้อเปน ๕ โกฐาก แบ่งหื้อเปน ๒ ส่วน ๕ โกฐากอันหัว

๒๗. ทีถวายปูชาพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก มีพระพุทธเจ้าเปนผะธาน อันทรงยังอนันตาอัปปริมานาอติเรกคุณคณาชุดวงบ่เสสสะหลอ ขอเปนผะธานไจ้ ๆ เพื่อหื้อได้ยังโลกิยโลกุตตรสัมปัตติสุขดีหลี ๕ โกฐากอันถ้วน ๒ ก็ขอสมมาผู้ใด้กับท่วนเทียวไปมาในภวสังสารวัฏฏมีเคล้าเงื่อนเบื้องต้นเบื้องปลาย บ่แขวดกฎหมายได้ ผู้ข้าหากได้กทำปมาทะอคารวะในพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก ทวารทัง ๓ ในอิริยาบถทัง ๔ ตั้งแรกแต่มหุตตชวนาจิตตุปบาทอันนี้ คืนเมือหลังด้วยอเนกชาติ สังสารวัฏฏภวะที่ใดที่หนึ่งก็ดี ก็รู้ว่าเปนโทสแท้ดีหลี บัดนี้ผู้ข้าได้ตระหมวนรอมมายังปมาทโทสฝูงนั้นบ่เสสสะหลอ สำแดงหื้อผากฏมีสภาวะสันนี้ อจฺจโย เม ภนฺเต อจฺจคมา ยถาพลํ ยถามูฬฺหํ ยถาอกุสลํ มยมฺภนฺเต

พุทฺธธมฺมสงฺฆกมฺมฏฺฐาน กมฺมฏฺฐานทายกาจริยสงฺขาเตสุ ปญฺจรตเนสุ อตีเต วา ปจฺจุปนฺเน วา กาเยน วา วาจาย วา มนสา วา **ปมาทมคฺคารวมคฺคิ** ตสฺส เม ภนฺเต อนุกมฺปํ

๒๘. อุปาทาย อจฺจยํ อจฺจยโต ปฏิคณฺหนฺตุ ขมนฺตุ อายตึ สงฺวราย อายตึ สงฺวริสฺสามิ ฯ บัดนี้ขอพระแก้วเจ้า ๕ จำพวก จุ่งเมตตาขุณณาผู้ข้ารับเอาปูชาวิเสสอันนี้ เพื่อสังคหะหื้อแล้วขอขมาปันนกัมมโทสแห่งผู้ข้า หื้อเถิงเซิ่งเปนอโหสิกัมม์ชำระหื้อ**เปนนัตถิวิมปัจจตินาภวิสสติวิมกะ** อย่าหื้อเปนนิวรณธัมม์กัมม์อันห้ามยังสัคคโมกขปีติ ยุคคลสมาธิ ปัญญา มูลปณิธาน ธัมมานุธัมมปฏิปัตติ จตุอธิปติสติ วิสุทธิ วิปัสสนาเจ้าทัง ๑๐ มีต้นว่าสัมสนญาณ ทัสสนญาณวิสุทธิเจ้าลูกถ้วน ๗ นั้นดีหลี ด้วยปณิธานธัมมวรเจตนาอันนี้ ขอจุ่งเปนผะไจเพื่อหื้อได้ยังปรมัตถโลกุตตรมัคคผลละนิพพาน ตามเจโตปณิธานชุผะการ ผู้ข้ายังยอบยั้งอยู่ตั้งอยู่ด้วยปัญจขันธะสันตารอันนี้ จุ่งผะกอบด้วยอายุ วัณณ สุข พล ปฏิภาน อาโรคย อัชฌติกก พาหื้อชุผะการ บัดนี้ผู้ข้าจักปฏิปัตติปูชาสาสนาพระพุทธเจ้า ห้องวิปัสสนาเจ้าดวง

๒๙. ใดก็ดี จุ่งหื้อวุฒิวิรุฬหิพันได้ ยังปีติยุคคลสมาธิ ปัญญาวิปัสสนาญาณเจ้า อันเปนอุบายเพื่อกำจัดตัดเสียยังกิเลสธัมม์ชำระเปนที่เสี้ยงที่สุดแห่งวัฏฏทุกข์ทังมวรแล้ว ข้าขอเข้าสู่เวียงแก้วคือนิพพานด้วยสุขปฏิปทาขิปปาภิญญาณแท้ดีหลี ด้วยเตชกุสลบุญราสีอันนี้ ผู้ข้าได้แล้วก็จักอุทิสหื้อเถิงแก่สัตตโลกทังมวร มีปุพพการีหิตตการีเปนต้น ตั้งแต่ขะกูลอันนี้เมือหลัง ๗ เช่นขะกูล มีพ่อแม่เปนต้น หื้อได้เถิงแก่เทวคณาทังหลาย มีเทวดาอันรักสาตนตัวผู้ข้าเปนผะธาน แลเทวดามเหสักขทังหลายอันรักสาโลกธาตุพุทธสาสนาพระพุทธเจ้าชุแห่งชุที่ มีเทวดาอันรักสาฐานันตระที่นี้เปนผะธาน จุ่งผะกอบด้วยธัมมวุฒิทิพพสัมปัตติ เสี้ยงกาลเมินนานนักชุตนชุพระองจุ่งจักมีดีหลีเทอะ ฯ คราวสมมาแก้ว ๕ จำพวกแล ฯ ที่นี้จักกล่าวลักขณะแห่งปีติ ๕ ผะการเพิงรู้สันนี้ ขุทฺทกาปีติ โลมหํ สญฺจ ฯ ขณิกาปีติ วิชฺชุลตา ตถา ฯ โอกฺกนฺติกาปีติ อุมฺมิเวโค ฯ อุพฺเพงฺคา

๓๐. ปีติ ปุปฺปาเจว ฯ ขุททกาปีติ เยือกเส้นขนน้อยหนึ่ง พอหื้อหนังหัวถกก็ดี ฯ ขณิกาปีติ วิชฺชุลตา สงสะฐานเปนดั่งสายฟ้าแมบยามหนึ่งหายไป ไนยะหนึ่งว่า ยินดียามหนึ่งหายไป ฯ โอกฺกนฺติกาปีติ อุมฺมิเวโค เยือกเส้นขนกำหนึ่ง บ่ทั่วตนทังมวร สงสะฐานเปนดั่งฟองน้ำสมุทบุท่ำกลางออกมาบ่รอดฝั่งหายไป ฯ อุพฺเพงฺคาปีติ กายลงฺฆิกา หื้อทั่วตนทังมวรคระเมน(เขม้น)ก็มีสน่อย เครียนขึ้นก็มี หวั่นไหวก็มี สงสะฐานเปนดั่งฟองน้ำนั้นก็มี คันจวบพบเปนสันนี้หื้อหน่ายเสียแล ฯ ผรณาปีติ ปุปฺปาเจว เยือกเส้นขนลุกทั่วทังมวรแล ฯ ขุททกาปีติมีลักขณะ ๔ ผะการแล อันหนึ่ง เกิดหนังหัวพองสยองเส้นขนลุก คือดั่งอาบน้ำเมื่อหนาวนั้นก็มีแล ๑ ฯ อันหนึ่ง เกิดเปนดั่งเส้นขนปกแลคายสน่อยก็มีแล ๒ ฯ อันหนึ่ง เกิดในหัวใจหนักแลสั่นดั่งท่านปักหลักในน้ำนั้นก็มีแล ๓ ฯ อันหนึ่ง เกิดในเนื้อตนหนักจมอยู่เยนก็มี ๔ ฯ ล้ำลักขณะปีติ ๔ อันนี้เกิดอันใดอันหนึ่ง ก็ชื่อว่าขุททกาปีติแล ฯ ขณิกาปีติมีลักขณะ ๙ ผะการแล อันหนึ่ง เกิดผากฏหันแก่ตา เปนดั่งฟ้าแมบแลหันดั่งพัดเหล็กไฟนั้นก็มีแล ๑ ฯ อันหนึ่ง เกิดในเนื้อตนเปน

๓๑. ดั่งปาซิวตอดเมื่ออาบน้ำนั้นก็มีแล ๒ ฯ อันหนึ่ง คระเมนเอนก็มีแล ๓ ฯ อันหนึ่ง ในเนื้อตนร้อนถมคิงอยู่แลทั่วคิงก็มี ๔ ฯ อันหนึ่ง แสบแลร้อนดูเนื้อตนแจ้งก็มี ๕ ฯ อันหนึ่ง เกิดเปนดั่งแมงเม่าบินซูด แลลากปีกในดินก็มี ๖ ฯ อันหนึ่ง เกิดคัดอกร้อนใจร้อนท้องก็มี ๗ ฯ อันหนึ่ง เกิดในหัวใจสั่นแลเหลื้อมขึ้นนั้นก็มี ๘ ฯ อันหนึ่ง ในตนทังมวรนั้นดูเหลื้อมขึ้นเปนดั่งไฟลามไต้น้ำมันยางนั้นก็

มี ๙ ฯ ลักขณะ ๙ อันนี้ ผิว่าเกิดอันใดอันหนึ่ง จุ่งอทิฏฐานดู ผิว่าเกิดตามอทิฏฐานแท้ จุ่งรู้ว่าขณิกาปีติเกิดเทอะ ฯ โอกกันติกาปีติลักขณะ ๘ ผะการแล อันหนึ่ง เกิดเปนดั่งฟองน้ำเยือกขึ้นก็มี ๑ ฯ อันหนึ่ง เกิดเปนดั่งคระเมิบฝั่งนั้นก็มี ๒ ฯ อันหนึ่ง เกิดเปนดั่งขึ้นเรือเมื่อน้ำเปนฟองนั้นก็มี ๓ ฯ อันหนึ่ง เกิดเปนดั่งหัวใจแลตนสั่น เปนดั่งไม้อันปักไว้ในแม่น้ำที่ไหลนั้นก็มี ๔ ฯ อันหนึ่ง เกิดเปนดั่งน้ำบิดตาใกล้นั้นก็มี ๕ ฯ อันหนึ่ง เกิดหัวอกใหญ่แลน้อยหนักอยู่ก็มี ๖ ฯ อันหนึ่ง เกิดขนถกขึ้นทั่วคิงเปนดั่งไฟลุกนั้นก็มี ๗ ฯ อันหนึ่ง เกิดหื้อหน้าตาใสส่องดั่งรัสมีเดือนดาวพ้อยหายไปก็มี ๘ ฯ ลักขณะ ๘ ผะการนี้เกิดอันใดอันหนึ่งก็ดี ๒ อันก็ดี จุ่งรู้ว่าโอกกันติกาปีติเกิดเทอะ ฯ อุพเพคาปีติมีลักขณะ ๘ ผะการแล อันหนึ่ง เกิดพอหื้อเนื้อตนทังมวรหวั่นไหว

๓๒. ก็มี ๑ ฯ อันหนึ่ง เกิดเต้นทโยนขึ้นแล้วแล่นไปก็มี ๒ ฯ อันหนึ่ง เกิดรอมทั่วคิงทังมวรแลร้อนท้องกลางหลังแลหัวแอวท้องน้อยก็มี ๓ ฯ อันหนึ่ง เกิดแสบแลบอาบขึ้นทั่วคิง เปนดั่งอายเข้าร้อนนั้นก็มี ๔ ฯ อันหนึ่ง เกิดปวดแหล่ปวดหน้องเปนดั่งจักเปน ๒ คองนั้นก็มี ๕ ฯ อันหนึ่ง เกิดดุจจะดั่งเนื้อตนหน้อยแลสยองขึ้นนั้นก็มี ๖ ฯ อันหนึ่ง เกิดหนักแค่งขาแลคิงหนักปักแอวแลหนักเปนดั่งไข้ถือนั้นก็มี ๗ ฯ อันหนึ่ง เกิดเปนดั่งสมาธิหนักแลเยนอยู่บ่ใคร่ปากนั้น ๘ ฯ ล้ำลักขณะ ๘ ผะการนี้ ลางคนเกิดหลายก็มี ผิสงไสอทิฏฐานดูว่าธัมม์พระพุทธเจ้า อันเกิดในปัญจขันธะแห่งข้า ผิว่าเปนอุพเพงคาปีติเจ้าแท้ จุ่งเกิดทั่วเนื้อตนแห่งข้าเทอะ ผิว่ายังเกิดตามอทิฏฐานแท้ก็แม่นอุพเพงคาปีติแท้แล ผิว่าเกิดคระด้างแขงหื้อบังเกิดยังอสัปปายะ เปนต้นว่าไข้เจ็บหัวเจ็บท้องแท้แล ร้อนขึ้นบังเกิดอสัปปาย เปนดั่งจากประเภทแห่งอุพเพงคาปีติเจ้าพายหลังนี้ จุ่งอทิฏฐานออกเสียว่าสันนี้ ข้าขออุพเพงคาปีติลูกกล้าแขง ลูกอันหื้อบังเกิดยังอสัปปายะดั่งนี้ จุ่งออกจากปัญจขันธะแห่งข้าบัดนี้เทอะ ผิว่าลูกใดบังเกิดอสัปปายะ จุ่งอทิฏฐานลูกนั้นออกจากที่เจ้าหั้น ขอหื้อลูกเปนสัปปายะเกิดว่า ข้าขอปีติลูกสัปปายะจุ่ง

๓๓. มาเกิดในขันธะทัง ๕ แห่งข้า อยู่สบายด้วยปีติเจ้าลูกสบายเทอะ ขอดั่งนี้ไจ้ ๆ แล้วทอดสติไว้อยู่ อย่าหื้อปากจาจิ่มผู้ใดแลอยู่เทอะ เหตุธัมม์พระพุทธเจ้านี้ คันว่าเกิดกล้าแขง ธาตุทัง ๔ ย่อมข้ำเขือกกับด้วยอาหารอสัปปายะก็มี อันหนึ่ง ข้ำเขือกด้วยปุคคลอสัปปายะก็มี ด้วยกถาอสัปปายะก็มี เมื่ออุพเพงคาปีติเกิดสันนี้ ก็สมด้วยอาจารย์ว่า อุพฺเพงฺคา กายลงฺฆิกา นี้แล ฯ ผรณาปีติมีลักขณะ ๘ ผะการ อันหนึ่ง เกิดผากฏด้วยตาดุจดั่งเนื้อตนแปรไปแลดูใหญ่สูงขึ้นก็มี ๑ ฯ อันหนึ่ง เกิดแปรทั่วเนื้อตนแลเยนใต้ขึ้น เปนดั่งไรไต่นั้นก็มี ๒ ฯ อันหนึ่ง เกิดผากฏเปนดั่งพัดเหล็กไฟขึ้นพรุ่งออกปากปั้ง ๆ นั้นก็มี ๓ ฯ อันหนึ่ง เกิดดุจดั่งเนื้อตนเบาเปนดั่งนั่งนอนอยู่เหนือสำลีฝ้ายนั้นก็มี ๔ ฯ อันหนึ่ง เกิดเปนสมาธิคัดอกทังคิงแลดูคิงหนัก เปนดั่งอาบน้ำเมื่อหนาวนั้นหนังหัวพองสน่อยก็มี ๕ ฯ อันหนึ่ง เกิดดูดั่งเนื้อตนนั้นอุ่นแลเยนอาบขึ้นนั้นก็มี ๖ ฯ อันหนึ่ง เกิดเปนทั่วตนทังมวรก็มี ๗ ฯ เตนวุตฺตํ ผรณาเจว นี้แล ด้วยแท้ปีติเจ้าทังมวรนี้ ยังเกิดต่างกว่าฝูงว่ามานี้ก็ยังมีแล เหตุว่าบุญสมพานกัตตาธิการ

๓๔. แห่งโยคาวจรเจ้าทังหลาย หอมหยับมาต่าง ๆ กันแล กล่าวยังปีติทัง ๕ ก็แล้วเท่านี้ด้วยหย้อก่อนแล ฯ ที่นี้จักกล่าวลักขณะจมขม(จงกรม)น้อยก่อนแล ลวงยาว ๑๕ วา มากกว่านั้นแควนดี ลวงกว้างคืบปลาย ๘ นิ้วมือขวางแล เมื่อจักเทียวหัว(ที)นั้น หื้อปูชาพระแก้วเจ้าทัง ๕ จำพวก ด้วยปุปผาราชา ๕ โกฐากสมมาแล้ว เมื่อจักเทียวนั้น หื้อนบไว้วันทา ๓ ที แล้ว นโม ๓ ที สรณคม(น์) ๓ ที แล้ว ว่า พุทฺธํ ชีวิตํ ยาว นิพฺพานํ สรณํ คจฺฉามิ ๓ ที ทัง ๓ บั้งเหมือนกันชุบทแล้ว ว่า นมามิ พุทฺธํ คุณ

สาครนฺตํ นมามิ ธมฺมํ มุนิราชเทสิตํ นมามิ สงฺฆํ มุนิราช สาวกํ นมามิ กมฺมฏฺฐานํ นิยฺยานิกํ นมามิ กมฺมฏฺฐานทายกาจริยํ **คุณติสเรกํ** แล้วว่า อิติปิ โส สฺวากฺขาโต สุปฏิปนฺโน อเนกชา ฯลฯ มชฺฌคาติ ละอันละ ๓ ที แล้ว หื้อปูชา ๓ แห่ง ท้าย หัว กลาง แล้ว อทิฏฺฐานเอาดินว่า อิมํ ปถวียํ อทิฏฺฐามิ ๓ ทีแล อทิฏฺฐานเอาจมขมว่า อิมํ จงฺกมํ อทิฏฺฐามิ ๓ ทีแล้วลุกเทียวไปว่าสันนี้ มออุ สิวํ ภุมฺมํ ม ทุกฺขํ อ อนิจฺจํ อุ อนตฺตา พุทฺโธ จงฺกมํ เสฏฺฐํ ธมฺโม ปาปํ วินาสนฺตุ รูปขนฺโธ เวทนาขนฺโธ

๓๕. สญฺญาขนฺโธ สงฺขารขนฺโธ วิญฺญาณขนฺโธ อนิจฺโจ นิจฺจํ ทุกฺโข สุขํ นิพฺพานํ นิพฺพานํ ปรมํ สุขํ ฯ อิติปิ อรหํ เตรส สงฺฆาทิเสสา ธมฺมา เทฺว อนิยตา ธมฺมา ตึส นิสฺสคฺคียา ปาจิตฺตียา ธมฺมา ทฺวานวุตฺติ ปาจิตฺตียา ธมฺมา จตฺตาโร ปาฏิเทสนิยา ธมฺมา ปญฺจสตฺตติ เสขิยามฺมา สตฺตธิกรณสมฏฺฐา ธมฺมา สงฺขารูเปน ปรโม ชีวิตํ อธุวํ มรณํ ธุวํ รูปพุทฺโธ ธาตุ พุทฺโธ นิมิตฺตพุทฺโธ สุญฺโญ พุทฺโธ นิพฺพานปจฺจโย โหตุ นิพฺพานํ ปรมํ สุขํ ฯ ๓ ที ๗ ที ซาวที ร้อยที พันที ตามสัทธา หื้อระนึกในใจหลับตางับปากไปมาเทอะ คันจักปงว่า อิมํ ปถวียํ นิกฺขิปามิ ๓ ที ฯ อิมํ จงฺกมํ นิกฺขิปามิ ๓ ทีแล้ว ไหว้พระธัมม์สังฆะแล้วออกไปเทอะ ฯ ที่นี้จักกล่าวจังกัมมังหลวงมีสันนี้แล กิจจะอันกทำพ่ำเพงก็เปนดั่งจังกัมมังน้อยชุอันแล เมื่อจักสมาทานเอาว่า อิมํ ปถวียํ อทิฏฺฐามิ ๓ ที ฯ อทิฏฺฐานเอาดินว่า อิมํ จงฺกมํ สมาทิยามิ ๓ ที ฯ อทิฏฺฐานจมขมแลลุกภาวนาเทียวไปว่าสันนี้ พุทฺโธ จงฺกมํ เสฏฺฐํ

๓๖. ธมฺโม ปาปํ วินาสนฺตุ อโห สุขํ นิพฺพานํ อารมฺมณ ภควา รูปขนฺโธ ทุกฺโข ทุกฺขํ นิพฺพานํ รูปขนฺโธ อนิจฺโจ นิจฺจํ นิพฺพานํ รูปขนฺโธ อนตฺตา ปรมฏฺฐ สุญฺญํ นิพฺพานํ ฯ เวทนาขนฺโธ ทุกฺโข สุขํ นิพฺพานํ เวทานาขนฺโธ อนิจฺโจ นิจฺจํ นิพฺพานํ เวทนาขนฺโธ อนตฺตา ปรมฏฺฐ สุญฺญํ นิพฺพานํ ฯ สญฺญาขนฺโธ ทุกฺโข สุขํ นิพฺพานํ สญฺญาขนฺโธ อนิจฺโจ นิจฺจํ นิพฺพานํ สญฺญขนฺโธ อนตฺตา ปรมฏฺฐ สุญฺญํ นิพฺพานํ ฯ สงฺขารขนฺโธ ทุกฺโข สุขํ นิพฺพานํ สงฺขารขนฺโธ อนิจฺโจ นิจฺจํ นิพฺพานํ สงฺขารขนฺโธ อนตฺตา ปรมฏฺฐ สุญฺญํ นิพฺพานํ ฯ วิญฺญาณขนฺโธ ทุกฺโข สุขํ นิพฺพานํ วิญฺญาณขนฺโธ อนิจฺโจ นิจฺจํ นิพฺพานํ วิญฺญาณขนฺโธ อนตฺตา ปรมฏฺฐ สุญฺญํ นิพฺพานํ ฯ โส ภควา อิติปิ อรหํ นิพฺพานํ ภควา สุคโต ฯ ภาวนา ๑๐๘ ลูกแล เมื่อภาวนาแล้วหื้อปงว่าสันนี้ อทาทิ อิมํ ปทิสนฺติ ยสฺส ติคติ ปนุทฺเว สุขสนฺตํ กโร เอโส นิพฺพานํ ปทํ ปจฺฉิสนฺติ ฯ ว่า ๓ ทีแล ไนยะหนึ่ง ว่าสันนี้ ออาทิติ ปทํ ตานฺตํ ยสฺส ติฏฺฐติ ปณฺฑเร

๓๗. ทุกฺขสนฺตํ กโร เอโส นิพฺพานํ ปาปุณิสฺสนฺติ ฯ ๓ ที ๗ ที แล จมขมยาว ๑๕ วา ภาวนา ๑๕ วัน ละวันละ ๑๕ พอแล ยาว ๔ วา เทียว ๘ วัน ละวันละ ๗ พอแล ฯ เมื่อจักเทียวนั้น หื้ออาบน้ำชำระตนเสียแล้ว หื้อสมมาพระแก้วเจ้าทัง ๕ จำพวกแล้ว จิ่งจักเทียวดีแท้แล กล่าวจังกัมมหลวงแล้วเท่านี้แล ฯ ส่วนอันว่าคำอทิฏฐานไปจระเดินบิณฑิบาตว่าสันนี้ อยนฺทานิ โข สา สพฺพญฺญูพุทฺธปจฺเจกพุทฺธพุทฺธสาวเกหิ ปฏิปนฺนา อิมํ เนกฺขมปฏิปทํ ปูเรสึ ปูเรสฺสามิ อิมาย ปฏิปทาย ชาติ ชรา พยาธิ มรณ ทุกฺขมฺหา ปริมุญฺจิสฺสามิ ฯ ๓ ที แล อัตถะแห่งคำอันนี้ว่าสันนี้ อยํ โข สา เนกฺขมปฏิปทา อันว่าปฏิบัตออกจากตัณหา คือปฏิบัตจระเดินเอาเข้าบิณฑิบาตอันนี้ สพฺพญฺญูพุทฺธปจฺเจกพุทฺธพุทฺธสาวเกหิ อันสัพพัญญูพระพุทธเจ้าแลพระปัจเจกเจ้าแลสาวกแห่งพระพุทธเจ้าทังหลายมวล ปฏิปนฺนา หากปฏิบัตแล้ว อิทานิ ในกาลบัดนี้ อหํ อันว่าข้า ปูเรสึ ก็พ่ำเพงปฏิบัตแล้ว ปูเรสฺสามิ ก็จักพ่ำเพง อิมํ ปทํ ยังอันปฏิบัตออกจากตัณหา คือปฏิบัตจระเดินเอาเข้าบิณฑิ

๓๘. บาตนี้แล อหํ อันว่าข้า ปริมุญฺจิสฺสามิ ก็จักปล่อยพ้น ชาติ ชรา พฺยาธิ มรณ ทุกฺขมฺหา จากชาติทุกข์ ชราทุกข์ พยาธิทุกข์ มรณทุกข์ อิมาย ปฏิปทาย ด้วยปฏิบัตอันนี้แล ฯ คำทักบังสุกุลว่า

อิมํ เกน ปติตํ อัตถะว่าสันนี้ อิทํ อันว่าของอันนี้ เกน อันปุคคละผู้ใด ปติตํ หากตกหายเสียนั้นชาว่าสันนี้แล ฯ ส่วนอันว่าคำอทิฏฐานเอาผ้าบังสุกุลนั้นว่า อสฺสามิกํ อิทํ ปงฺสุกุลจีวรํ ปรมเชคุจฺฉํ อิมํ ปฏิคณฺหามิ อิทํ จีวรํ จ อหํ จ สงฺขารคตา อนิจฺจํ ทุกฺขา อนตฺตา วิปริณามธมฺมา ฯ ๓ ที แล อัตถะว่าสันนี้ อิทํ จีวรํ อันว่าผ้าอันนี้ อสฺสามิกํ หาเจ้าบ่ได้ ปงฺสุกุลจีวรํ เปนผ้าบังสุกุล ปรมเชคุจฺฉํ อันควรกิเลียดมากนัก อหํ อันว่าข้า ปฏิคณฺหามิ ก็จักถือเอา อิมํ ปงฺสุกุลจีวรํ ยังผ้าบังสุกุลอันนี้ อิทํ จีวรํ อันว่าผ้าอันนี้ก็ดี อหํ จ อันว่ากูก็ดี สงฺขารคตา เปนหมู่เปนกองสังขารธัมม์ อนิจฺจา บ่หมั้นบ่เที่ยง ทุกฺขา เปนทุกข์ อนตฺตา บ่ใช่ของตน วิปริณามธมฺมา มีสภาวะรู้ปลิ้นรู้แปรแท้แล แล้วกทำปัจจเวกขณะว่า ยถาจีวรํ ๓ ที เทอะ ฯ

๓๙. ส่วนคาถาหยาดน้ำบังสุกุลหื้อผู้ตายว่าดั่งนี้ ยถา ทณฺเฑ นาโค ปาโล คาโว เชนฺติ ปาณินํ โคจรํ เอวํ ชรา จ มจฺจุ จ อายุ ปาเชนฺติ ปาณินํ ฯ ๓ ที ว่าดั่งนี้แถม เยเก ปานภู ฯลฯ สุขี สตฺตา สพฺเพปิ ปาณิโน ทุกฺขปฺปตฺตา ดั่งนี้เทอะ ฯ อิมินา ปุญฺญเตเชน สุขิตา โหนฺตุ นิรุปทฺทวา ราชาโน อนุรกฺขนฺตุ ธมฺเมน สาสนํ ปชฺชํ มาตาปิตา โว ภาตา มิตฺตา มจฺจา จ ญาตกา อุปชฺฌายาจริยา สพฺเพ จญฺเญ คุณ สํยุตฺตา อิมินา ปุญฺญเตเชน สุขิตา โหนฺตุ สพฺพทา ฯ ราชาโน อันว่าท้าวพญาทังหลาย สุขิตา อันเปนสุข นิรุปทฺทวา อันหาอุปัททวะอนตรายบ่ได้ อิมินา ปุญฺญเตเชน ด้วยเตชบุญอันนี้ โหนฺตุ จุ่งมี อนุรกฺขนฺตุ จุ่งรักสา สาสนํ ยังสาสนา ปชฺชํ ยังหมู่สัตทังหลายเทอะ มาตาปิตา อันว่าพ่อแลแม่ก็ดี ภาตา อันว่าพี่น้องก็ดี มิตฺตา มจฺจา จ อันว่ามิตรสหายแลคนรักทังหลายก็ดี ญาตกา อันว่าญาติสัมพันธก็ดี อุปชฺฌายาจริยา อันว่าอุปัชฌาย์แลอาจารก็ดี โว

๔๐. แห่งท่านทังหลาย เย ปุคฺคลา อันว่าปุคคละทังหลายฝูงใด อญฺเญ ฝูงอื่น คุณสํยุตฺตา อันมีคุณ โว แก่สู่ท่านทังหลาย สพฺเพ ปุคฺคลา อันว่าปุคคละทังหลายมวลฝูงนั้นก็ดี สุขิตา อันอยู่เปนสุขหาทุกข์บ่ได้ อิมินา ปุญฺญเตเชน ด้วยเตชบุญอันนี้ โหนฺตุ จุ่งมี สพฺพทา ในกาลทุกเมื่อเทอะ ฯ อิมินา ทายกา สุขิตา โหนฺตุ สงฺกปฺปา โว สมิชฺฌนฺตุ ฯ ทายกา อันว่าทายกฝูงหื้อทานนั้น สุขิตา อันเปนสุขหาทุกข์บ่ได้ อิมินา ปุญฺญเตเชน ด้วยเตชทานอันนี้ โหนฺตุ จุ่งมีเทอะ สงฺกปฺปา อันว่าความปรารถนามักโว แห่งสูท่านทังหลาย สมิชฺฌนฺตุ จุ่งสมริทธิพันนักเทอะ ฯ จักชักผ้าบังสุกุลผีหื้อภาวนาว่าสันนี้ก่อน เอกาหมตํ วา ทฺวิหมตํ วา อุทฺธมาตกํ วินีลกํ วิปุพฺพกํ อยมฺปิ โข กาโย เอวํ ธมฺโม เอวํ ภาวิโตติ ฯ ๓ ที ๗ ที แล้ว หื้ออทิฏฐานเอาผ้าด้วยบทว่า อสฺสามิกํ อิทํ ฯลฯ นามธมฺมา ๓ ที แล้ว กทำปัจจเวกขณะสันเดียวแล ฯ ทสกถาวัตถุมี ๑๐ ผะการสันนี้แล อปฺปิจฺฉกถา สนฺตุฏฺฐิกถา สีลกถา ปวิเวกกถา อสงฺสคฺคกถา วิริยารมฺภกถา สมาธิกถา ปญฺญากถา วิมุตฺติกถา วิมุตฺติญาณทสฺสนกถาติ ๑๐ ผะการนี้ ฯ อนฺนํ ปานํ วตฺถํ ยานํ มาลํ คนฺธํ วิเลปนํ เสยฺยํ อาวาสตฺถํ ปทีปํ ดั่งนี้มาในสุตตันตะแล ฯ จีวร ปิณฺฑิปาตํ เสนาสน คิลานปจฺจย เภสชฺชปริกฺขาร มาในวิไนยมี ๔ แล ฯ รูป สทฺท คนฺธ รส โผฏฺฐพฺพา ธมฺมา มาในอภิธัมมามี ๖ ผะการนี้แล ฯ ทสวัตถุกถา สมัตตา ฯ กริยาอันกล่าวยังทานวัตถุ ๑๐ ผะการ อันมาในมูลกัมมัฏฐานผูกถ้วน ๕ ด้วยหย้อแคบก็แล้วเท่านี้ก่อนแล ฯ สุนันทภิกขุ ลิกขิตไว้ค้ำชูสาสนา ๕๐๐๐ ภวสาแด่เทอะ นิพฺพานปจฺจโย โหตุ โน นิจฺจํ ธุวํ ธุวํ ฯ ปางเมื่อข้าอยู่.

ภาคผนวก ข.

ภาพประกอบการวิจัย


วัดบ้านหลุก
ตำบลเหมืองง่า อำเภอเมืองลำพูน
จังหวัดลำพูน
๑๖๓/๘
(ลพ)๗๙







ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ ฉายา/นามสกุล	:	พระครูบริสุทธิ์สังขวิจิตร / สุทฺธจิตฺโต
วัน เดือน ปีเกิด	:	วันศุกร์ ที่๑๕ เดือนมิถุนายน พ.ศ. ๒๕๑๖
ภูมิลำเนาที่เกิด	:	บ้านเลขที่ ๑๓ หมู่ ๓ บ้านหนองสะลีก ต.ปากบ่อง อ.ป่าซาง จ.ลำพูน
การศึกษา	:	พุทธศาสตรบัณฑิต, ปธ. ๑-๒, นธ. เอก
อุปสมบท	:	วันที่ ๑ เดือนสิงหาคม พ.ศ. ๒๕๓๖
สังกัด	:	วัดธรรมสังเวช ตำบลปากบ่อง อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน
ตำแหน่ง	:	เจ้าอาวาสวัดธรรมสังเวช
ปีที่เข้าศึกษา	:	ปีการศึกษา ๒๕๖๔
ปีที่สำเร็จการศึกษา	:	ปีการศึกษา
ที่อยู่ปัจจุบัน		วัดธรรมสังเวช (หนองสะลีก) เขที่ ๙๓ หมู่ ๓ ตำบลปากบ่อง อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน